

HANDBOL V78

TECNIFICACIÓ



MASTERSPORTS

INFORMACIÓ GENERAL

Dates: Del 24 de juny al 1 de juliol de 2017

Seu: El Vendrell (Tarragona), Espanya

Edats: Dels 8 als 17 anys

SERVEI DE TRANSPORT

ANADA

DATA: 24 de Juny
TRAJECTE: Barcelona - El Vendrell
PUNT: Accés 14 del Camp Nou
HORA: 11.00h

VUELTA

DATA: 1 de Juliol
TRAJECTE: El Vendrell - Barcelona
ARRIBADA: Accés 14 del Camp Nou

PLANNING HORARI

7:30h	Despertador
8:00h	Entrenament específic
9:15h	Esmorzar
10:00h	Entrenament de grup
12:00h	Piscina
13:30h	Dinar
15:00h	Descans
16:30h	Competicions
19:00h	Dutxa
20:30h	Sopar
22:00h	Activitats Nocturnes

ACTIVITATS

- Entrenament tècnic i tàctic
- Preparació física
- Beach Handball
- Activitats lúdiques - esportives
- Piscina
- Torneig nocturn
- Sortida a un parc aquàtic

GRUPS

Els grups es faran en funció de l'edat i el nivell.

El primer es portarà a cap una prova de nivell per definir els grups de 15 jugadors/es que compartiran les sessions d'entrenament durant tota la setmana, el que ens permetrà poder realitzar un treball molt més específic.

EQUIPAMENT ESPORTIU

Què és necessari portar ?

- Roba esportiva (recomanable una muda per cada sessió d'entrenament)
- Roba interior
- Calçat esportiu (obligatori un parell de sabatilles d'handbol i un parell de sabatilles de running)
- 2 Tovalloles
- Banyador
- Xancles
- Crema solar
- Gorra
- Gel y xampú
- Utensilis d'higiene personal

INSTAL·LACIONS

Les sessions d'entrenament es realitzaran a les instal·lacions del Pavelló Santa Maria del Mar (a poca distància a peu del nostre hotel), en el Complex esportiu Club Tennis Vendrell i al Pavelló Municipal d'Esports. Podeu veure tota l'informació de les instal·lacionsals següents enllaços:

www.elvendrellesports.cat/installacionsportives/Pavello_Santa_Maria_del_Mar.asp

www.elvendrellesports.cat/instal-lacio-esportiva/complex-esportiu-club-tennis-el-vendrell#/0

<http://www.elvendrellesports.cat/instal-lacio-esportiva/pavelló-municipal-desports>

ALLOTJAMENT

L'allotjament, en règim de pensió completa, serà al Nuba Hotel Coma-ruga (4*) , molt proper a les instal·lacions esportives. En aquest link podreu trobar informació detallada dels seus serveis i instal·lacions:

www.nubahotelcomarruga.com

REUNIÓ INFORMATIVA

S'enviarà un email informatiu als pares anunciant el dia que es farà la reunió i a quin lloc.

CLAUSURA

El dissabte 1 de juliol a las 14.00h es realitzarà un pica-pica per tots els jugadors/es, pares i mares al mateix Nuba Hotel Coma-ruga

PREU I FORMA DE PAGAMENT

El preu del Tecnificacion d'handbol VT8, amb tots els seus serveis inclosos, és de **650€**. Les famílies que inscriuin més d'un nen/a disposarà d'un 10% de descompte a partir del segon germà i successius. Descompte del 5% si s'inscriuen més de 5 nens/es d'un mateix equip.

L'import total es fraccionarà en tres pagaments.

1º → **150€** El càrrec es realitzarà un cop s'hagi fet la inscripció.

2º → **250€** El dia 5 d'abril.

3º → L'últim càrrec serà la resta del total aplicant els descomptes corresponents en el cas de que hi hagi i es farà el 5 de juny.

Més informació

Telf.: 609.257.095

E-mail: tecnificacionvt8@mastersports.es

Web: www.victortomas.com