

# BALONMANO V18

## TECNIFICACIÓN



MASTERSPORTS

### INFORMACIÓN GENERAL

**Fechas:** Del 24 de junio al 1 de julio de 2017

**Sede:** El Vendrell (Tarragona), España

**Edades:** De los 8 a los 17 años

### SERVICIO DE TRANSPORTE

#### IDA

**FECHA:** 24 de Junio  
**TRAYECTO:** Barcelona - El Vendrell  
**PUNTO:** Acceso 14 del Camp Nou  
**HORA:** 11.00h

#### VUELTA

**FECHA:** 1 de Julio  
**TRAYECTO:** El Vendrell - Barcelona  
**LLEGADA:** Acceso 14 del Camp Nou

### PLANNING HORARIO

7:30h	Despertador
8:00h	Entrenamiento específico
9:15h	Desayuno
10:00h	Entrenamiento grupo
12:00h	Piscina
13:30h	Comida
15:00h	Descanso
16:30h	Competiciones
19:00h	Ducha
20:30h	Cena
22:00h	Actividades Nocturnas

### ACTIVIDADES

- Entrenamientos técnicos y tácticos
- Preparación física
- Beach Handball
- Actividades lúdico - deportivas
- Piscina
- Torneo nocturno

### GRUPOS

Los grupos se confeccionarán en función de la edad y el nivel. El primer día se llevará a cabo una prueba de nivel para definir los grupos de 15 jugadores/ as que compartirán las sesiones de entrenamiento durante toda la semana, lo que nos permitirá poder realizar un trabajo más específico.

## EQUIPAMIENTO DEPORTIVO

¿Qué es necesario llevar?

- Ropa deportiva (recomendable una muda para cada sesión de entrenamiento)
- Ropa interior
- Calzado deportivo (obligatorio un par de zapatillas de balonmano y un par de zapatillas de running)
- 2 Toallas
- Bañador
- Chancletas
- Crema solar
- Gorra
- Gel y champú
- Utensilios de higiene personal

## INSTALACIONES

Las sesiones de entrenamiento se llevarán a cabo en las instalaciones del Pabellón Santa María del Mar (a poca distancia a pie de nuestro hotel), en el complejo deportivo Club Tennis Vendrell y en el Pavelló Municipal d'Esports. Podéis ver toda la información de las instalaciones en los siguientes enlaces:

[www.elvendrellesports.cat/instalacionsportives/Pavello\\_Santa\\_Maria\\_del\\_Mar.asp](http://www.elvendrellesports.cat/instalacionsportives/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/complex-esportiu-club-tennis-el-vendrell#/0)

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

## ALOJAMIENTO

El alojamiento, en régimen de pensión completa, será en el Nuba Hotel Coma-ruga (4\*) muy cercano a las instalaciones deportivas. En este link podréis encontrar la información detallada de sus servicios e instalaciones:

[www.nubahotelcomarruga.com](http://www.nubahotelcomarruga.com)

## REUNIÓN INFORMATIVA

Se enviará un email informativo a los padres anunciando el día que se celebrará la reunión y en qué lugar.

## CLAUSURA

El sábado 1 de julio a las 14:00h se realizará un pica-pica para todos los jugadores/as, padres y madres en el Nuba Hotel Coma-ruga.

## PRECIO Y FORMA DE PAGO

El precio de la Tecnificación Balonmano VT8, con todos los servicios incluidos, es de **650€**. Las familias que inscriban más de un niño/a dispondrán de un 10% de descuento a partir del segundo hermano y sucesivos. Descuento del 5% si se inscriben más de 5 niños/as de un mismo grupo.

El importe se fraccionará en tres pagos:

1º → **150€** El cargo se realizará cuando se haya hecho la inscripción.

2º → **250€** El día 5 de Abril.

3º → El último cargo será el resto del total aplicando los descuentos correspondientes en el caso de que haya, y se realizará el 5 de Junio.

Más información

Telf.: 609.257.095

E-mail: [tecnificacionvt8@mastersports.es](mailto:tecnificacionvt8@mastersports.es)

Web: [www.victortomas.com](http://www.victortomas.com)