

PROGRAMA DE CONCENTRACIONES RUGBY JULIO 2008

NIVEL: PERFECCIONAMIENTO

FECHAS: 7 – 13 JULIO 2008

EDADES: 13-14 AÑOS (INF años 93,94) 15-16 AÑOS (CAD 91,92)

LUGAR: PALENCIA (CAMPO DE LA JUVENTUD) CAMPO DE JUEGO

RESIDENCIA CASTILLA EN EL CASO DE JUGADORES QUE PRECISEN ALOJAMIENTO

PRECIO: 150 EUROS SIN ALOJAMIENTO- 320 CON ALOJAMIENTO

EL ALOJAMIENTO SERA EN REGIMEN DE PENSION COMPLETA (DESAYUNO-COMIDA-CENA)

Nº PARTICIPANTES: MIN:15 – MAX: 30

MONITORES:

DIRECTOR DE LA ACTIVIDAD: JORGE VIZUETE PRIETO – PRESIDENTE CLUB
COORDINADOR DE LA ACTIVIDAD: MIGUEL DIEZ GARCIA
MONITORES: 1 O 2 A DESIGNAR

CONTENIDOS:

- PERFECCIONAMIENTO DE LOS PRINCIPALES FUNDAMENTOS TECNICOS EN EL RUGBY
- VALORACION DE LAS CAPACIDADES FISICAS BASICAS DE LOS JUGADORES
- PREPARACION FISICA DIRIGIDA A LA INICIACION DEPORTIVA EN JUGADORES INFANTILES Y CADETES
- ACTIVIDADES LUDICAS (JUEGOS Y VISITA RECREATIVO-CULTURAL)

DIA 7

10.00 – 13.00 RECEPCION DE PARTICIPANTES EN LA RESIDENCIA "ESCUELA CASTILLA"
14.00 – COMIDA
16.00 – HORARIOS Y PRESENTACION DE LA ACTIVIDAD
18.00 – JUEGOS POLIDEPORTIVOS
21.00 – CENA
22.00 – VELADA DE ANIMACION
24.00 - DESCANSO

DIA 8

09.00 – DESAYUNO
10.00 – CHARLA TECNICA SOBRE LOS FUNDAMENTOS DEL REGLAMENTO
11.30 – CAMPO DE RUGBY: FUNDAMENTOS DE LA TECNICA INDIVIDUAL I (GRABACIONES)
14.00 – COMIDA
16.00 – VIDEO RUGBY
18.00 – CAMPO DE RUGBY: SITUACIONES TACTICAS DE JUEGO I
21.00 – CENA
22.00 – VELADA DE ANIMACION
24.00 - DESCANSO

DIA 9

09.00 – DESAYUNO
10.00 – CHARLA TECNICA SOBRE LOS FUNDAMENTOS DEL JUEGO
11.30 – CAMPO DE RUGBY: FUNDAMENTOS DE LA TECNICA INDIVIDUAL II (GRABACIONES)
14.00 – COMIDA
16.00 – VIDEO DE LOS PARTICIPANTES PARA CORRECCION ERRORES
18.00 – CAMPO DE RUGBY: SITUACIONES TACTICAS DE JUEGO II
21.00 – CENA
22.00 – VELADA DE ANIMACION
24.00 - DESCANSO

DIA 10

09.00 – DESAYUNO
10.00 – CHARLA TECNICA: BUENOS HABITOS DEPORTIVOS
11.30 – CAMPO DE RUGBY: EL JUEGO DE LA LINEA
14.00 – COMIDA
16.00 – VIDEO RUGBY
18.00 – CAMPO DE RUGBY: SITUACIONES TACTICAS DE JUEGO III
21.00 – CENA
22.00 – VELADA DE ANIMACION
24.00 - DESCANSO

DIA 11

EXCURSION AL PARQUE NATURAL DE CABARCENOS (CANTABRIA)

09.00 – DESAYUNO
10.00 – CHARLA TECNICA: HISTORIA DEL RUGBY
11.30 – CAMPO DE RUGBY: EL JUEGO DE LA DELANTERA
14.00 – COMIDA
16.00 – VIDEO LEYENDAS DEL RUGBY
18.00 – CAMPO DE RUGBY: VALORACION DE LA CONDICION FISICA
21.00 – CENA
22.00 – VELADA DE ANIMACION
24.00 - DESCANSO

DIA 12

09.00 – DESAYUNO

10.00 – CHARLA TECNICA: HISTORIA DEL RUGBY

11.30 – CAMPO DE RUGBY: TORNEO DE RUGBY

14.00 – COMIDA

16.00 – VIDEO

18.00 – CAMPO DE RUGBY: TORNEO RUGBY

21.00 – CENA

22.00 – GRAN VELADA DE ANIMACION Y DESPEDIDA

24.00 - DESCANSO

DIA 13

09.00 – DESAYUNO

10.00 – FOTO FINAL DE LA CONCENTRACION

11.30 – DESPEDIDA DE LA ACTIVIDAD (INFORME)