

La Academia de Baloncesto Marina Ferragut dirige su programa **OFF SEASON WORKOUT** a jugadoras que quieren reforzar el trabajo que realizan en sus clubs habitualmente y que quieren un mayor nivel en su juego. Con la ayuda de Marina (ex- jugadora de la selección y de la WNBA) y su equipo entrenadores y preparadores, las jugadoras recibirán valiosas experiencia y aprenderán qué necesitan para alcanzar su máximo nivel el cual le permita alcanzar un crecimiento deportivo y humano y un desarrollo progresivo y sólido en los mejores entornos deportivos posibles. Con ayuda de este equipo las jugadoras trabajarán y recibirán consejos útiles de cómo ser una jugadora completa tanto dentro como fuera de la cancha.

Nuestro programa de entrenamientos se basa en la interacción previa con la jugadora para maximizar sus características y trabajar con un grupo de jugadoras y entrenadores profesionales formados durante años en diferentes equipos. Esta amplia combinación de enseñanzas y experiencias ayudarán a crear una base sólida de fundamentos que posteriormente podrán traducirlos en la pista.



OFF SEASON WORKOUT

Plazas Limitadas

MARINA
FERRAGUT

Junto al Director Técnico / entrenador
Ferran Pizcueta

HORARIO DE : 09:00 A 13:00

1 al 5
8 al 12
JULIO

2019

crecesport@gmail.com





Edades / Fechas

★ 1º Turno

Nacidas del 2002 al 2004 : del 1 al 5 de Julio

★ 2º Turno

Nacidas del 2005 al 2008 : del 8 al 12 de Julio

PRECIO **240€**

Club de campo K7

Valencia

La academia de baloncesto Marina Ferragut se ha asociado con una de las instalaciones más emblemáticas y más completas de Valencia: el club de Campo K7 y sus renovadas instalaciones son un entorno ideal que ofrece todas las facilidades para el crecimiento deportivo de nuestras jugadoras. El club de Campo k7 ofrece un pabellón de baloncesto con tres pistas, diferentes pistas de entrenamiento físico, de recuperación y spá.

Inscripciones en...

www.crecesport.com

El Programa Incluye

Programa de entrenamiento intensivo para el perfeccionamiento de aquellos aspectos técnico-tácticos (apoyos y finalizaciones, bote, paradas y arrancadas, pase,...) con los que la jugadora va a tener que desenvolverse dentro del juego colectivo; no solo atendiendo al gesto técnico, sino también a la conducta táctica y especialmente, a los hábitos perceptivo-motores.

Grupos reducidos, en base a edades, capacidades y posiciones de juego.

Sesiones complementarias con diferentes especialistas: psicólogo, nutricionista, preparador físico, podólogo.

Reuniones individuales técnicas entre entrenadores y jugadoras, para analizar las grabaciones y correcciones que se han realizado durante el proceso de enseñanza/aprendizaje Informe individualizado de cada una de las áreas.

Informes internos(externos) de seguimientos.

Equipación de baloncesto.

Complementos alimenticios.