

IV CLINIC DE TÉCNIFICACIÓN DE PORTEROS DE FÚTBOL BASE 2.013

Jueves 26 y Viernes 27 de Diciembre de 2.013
Campo Sintético Monteporreiro (Pontevedra) y Mirallos (Moraña)

Organizado por el Área Técnica de Portero 2000, con la gentil colaboración de la S.D. Monteporreiro y del Moraña C.F por la cesión desinteresada de sus instalaciones para el desarrollo de las actividades, y con la dirección de Toño Pana, se celebrara el IV Clinic de Tecnificación de Porteros de Fútbol Base, aprovechando las vacaciones escolares.

En el mismo podrán participar de manera gratuita los porteros de Fútbol 8 y Fútbol de la S.D. Monteporreiro, Moraña C.F., Bora C.F. y E.F. Portero 2000.

HORARIOS

16:30 a 17:45 horas FÚTBOL 8

17:45 a 19:00 horas FÚTBOL

Jueves 26 de Diciembre Campo de Fútbol de O Buelo (Moraña)

CONCEPTOS A DESARROLLAR

- Calentamiento: acondicionamiento físico y juego.
- Tareas físico coordinativas:
Técnica de caídas, incorporaciones, desplazamientos y coordinación con aros y escalera.
- Tareas técnico coordinativas:
Técnica de pases con las manos (*rasos, medios y altos*)
Técnica de pases con los pies (*rasos en distancia corta, media altura en media distancia, bolea frontal y lateral*).
- Vuelta a la calma: estiramientos y comentarios de las sensaciones del entrenamiento.

Viernes 27 de Diciembre Campo de Fútbol de Monteporreiro

CONCEPTOS A DESARROLLAR

- Calentamiento: acondicionamiento físico y juego.
- Tareas técnico coordinativas:
Velocidad específica (*estática y dinámica*).
- Juego competitivo:
Batalla de Porteros en todas las categorías. Juego competitivo en el cual intervendrán todos los participantes en el Clinic.



TOÑO PANA (Director)

Colaboran:

