

CAMPUS TECNIFICACIÓN 2024

C.D MADRID FSM

El próximo lunes 24 comienza el campus de tecnificación de voleibol o baloncesto al que habéis inscrito a vuestra hijo/a. A continuación os describimos el funcionamiento del mismo y lo que tienen que traer.

- 9:00 - Recepción de jugadoras y jugadores por avenida de los Madroños.
- 9:15 - Comienzo de la tecnificación individual
- 11:00 - Almuerzo
- 11:30 - Piscina Voleibol
- 11:45 - Entrenamiento colectivo y concursos de baloncesto
- 12:30 - Entrenamiento colectivo y concursos de voleibol
- 13:00 - Piscina Baloncesto
- 14:00 - Recogida de las jugadoras y jugadores por avenida de Madroños.
- 15:00 - Recogida de las jugadoras y jugadores que se han quedado a comer por Avenida de Madroños.

La primera parte de cada día estará dedicada al trabajo individual de tecnificación. Durante esta primera fase, separamos a los participantes por niveles para un mayor aprovechamiento y mejora individual.

A todos los participantes se les dará un almuerzo compuesto por un bocadillo, una pieza de fruta y un zumo, atendiendo a las alergias alimenticias que nos habéis señalado en la inscripción.

Los jugadores y jugadoras dispondrán de un rato para ir a piscina, aquellos que no quieran ir seguirán trabajando en su deporte.

ROPA QUE TRAER:

- Ropa deportiva para el entrenamiento.
- Botella de agua.
- Chanclas.
- Toalla.
- Bañador.
- Gorro de piscina.

El cargo correspondiente se cargará el próximo jueves 20 de junio.

Para cualquier duda no duden ponerse en contacto con nosotros en cdmadrid@cdmadridfsm.es