

CAMPUS JAVIER MIÑANO

“TECNIFICACIÓN Y PERFECCIONAMIENTO EN FÚTBOL”

Del 21 al 26 de Julio 2014 - Cehegín (Murcia)

*¿QUIERES ENTRENAR COMO LA
SELECCIÓN ESPAÑOLA DE FÚTBOL?*



VIVE UNA EXPERIENCIA DE FÚTBOL Y DIVERSIÓN

Participa en el Campus Javier Miñano y practicarás tu deporte favorito sin parar. Te ayudaremos a **perfeccionar tu juego Técnico-Táctico**, de la mano de profesionales altamente cualificados.

El Campus Javier Miñano se ha consolidado como un proyecto de **Tecnificación y Perfeccionamiento del entrenamiento en Fútbol**, que además de fomentar la competitividad y el ejercicio físico pretende desarrollar **valores humanos fundamentales como RESPETO, ESFUERZO, CONSTANCIA y HUMILDAD.**

Combinamos **objetivos formativos y lúdicos para educarse en valores**, además de adquirir habilidades y destrezas motrices propias de este tipo de sesiones. Trabajo en equipo donde la habilidad y el esfuerzo son clave para conseguir objetivos comunes, cumplimiento de normas y horarios, higiene, aseo, cuidado corporal y hábitos alimenticios entre otros, serán valores que se trabajarán durante su estancia en el campus.



MODALIDADES

- Fútbol Formación (Mañana): Edad: 8 - 11 años

Categoría: FORMACIÓN

Prebenjamín (2008-2007) - Benjamín (2006-2005) -
Alevín (2004-2003)

Horario: 9:00 - 14:00 h.

Precio: 110 Euros

- Fútbol Tecnificación (Mañana-Tarde): Edad: 11- 17 años

Categoría TECNIFICACIÓN:

Infantil (2002-2001)- Cadete (2000-1999) -
Juvenil (1998-1996).

Horario: 10:00 - 14:00

18:30 - 20:30

Precio: 130 Euros

- Fútbol Tecnificación INTERNO: Edad: 11- 17 años

Categoría TECNIFICACIÓN:

Infantil (2002-2001)- Cadete (2000-1999) -
Juvenil (1998-1996).

Precio: 480 Euros

Prebenjamín	Benjamín	Alevín
2008-2007	2006-2005	2004-2003
Infantil	Cadete	Juvenil
2002-2001	2000-1999	1998-1996



PROGRAMA

¡2 HORAS DE FÚTBOL TODOS LOS DÍAS!

La base del Campus son las 2 horas diarias de fútbol que incluyen:

- **Ejercicios físicos** que enseñen al futbolista la importancia que tiene una buena preparación física en el fútbol actual
- **Técnica individual y Colectiva** con balón, por edad y nivel, donde enseñaremos y corregiremos de forma sencilla y clara los aspectos técnicos del fútbol (control, pase, tiro, conducción, juego aéreo, etc...)
- **Partidos de fútbol** donde el jugador pondrá en práctica todo lo aprendido con el balón siempre como protagonista ya que lo consideramos fundamental en nuestra filosofía de trabajo.

Actividades Deportivas Complementarias:

- Voley-Playa
- Actividades Acuáticas: Waterpolo, Natación, Juegos en el agua
- Multiactividad: Badminton, Juegos de Coordinación, Agilidad, Ritmo y Expresión Corporal.



ENTRENAMIENTO FÚTBOL

METODOLOGÍA

Aplicamos desde el primer día una metodología activa (descubrimiento guiado) en la que el jugador mejora el proceso de Percepción-Acción desde la continua autoestructuración y mejora de los diferentes sistemas (coordinativo, cognitivo, emocional, biológico, etc...) que configuran al jugador.

Proponemos un proceso estructurado de enseñanza-aprendizaje de todos los fundamentos técnicos y principios Tácticos para la correcta asimilación de los mismos por parte del jugador.

- Mejora del gesto Técnico en el propio juego con la continua aplicación de conceptos Tácticos.
- Desde el primer ejercicio se intentará el trabajo cognitivo-táctico adaptado a cada edad.
- Atención Individualizada



UN GRAN EQUIPO AL SERVICIO DE TU PROYECCIÓN

El Campus ha seleccionado a técnicos cualificados del INEF de Madrid especialistas en fútbol para dirigir las sesiones de entrenamiento.

Juntos forman un potente **equipo titulado y altamente cualificado**, que trabaja bajo la supervisión de **Javier Miñano**, preparador físico de la Selección Española de Fútbol.

Estos profesionales conforman un **equipo educativo de entrenadores** especialmente comprometidos en que el jugador disfrute y a su vez obtenga un óptimo rendimiento de su aprendizaje.

Destacar a lo largo de todo el Campus de la aplicación de un **PROGRAMA ESPECÍFICO EN EL ENTRENAMIENTO DEL PORTERO** que de manera especial atenderán las necesidades propias de dicho puesto.



FÚTBOL TECNIFICACIÓN INTERNO

Entrenarás como los CAMPEONES

- Control diario del entrenamiento (pulsómetros).
- Régimen de comidas controlado por un especialista en Nutrición Deportiva.

Régimen de Comidas

- Menús controlados dietéticamente para el rendimiento deportivo.
- Se realizará un control diario de peso, de grasa corporal (especialista en Nutrición).

Actividades en la Naturaleza

- Aulas al aire libre donde se estudiarán actividades de educación ambiental
- Senderismo
- Observación de la fauna y flora
- Carrera de Orientación

Actividades en el Aula (1h. diaria):

- Trabajos en grupo y Conferencias de personajes importantes sobre Deporte y sus valores, Hábitos dietéticos etc...

Residencia. Residencia: "Albergue Coto Real". Se encuentra en plena sierra de Burete, uno de los espacios forestales y naturales más importantes de la región de Murcia. Reúne las condiciones idóneas para el descanso y disfrute en el medio natural



FÚTBOL FORMACIÓN MAÑANAS

	HORARIO	ACTIVIDAD
Categorías de formación	9.00 - 9.15	Entrada
	9.15 - 10.15	Entrenamiento Fútbol I
Prebenjamín (2008/2007)	10.15 - 10.45	Descanso
	10.45 - 11.30	Actividad I
Benjamín (2006/2005)	11.30 - 12.00	Descanso
	12.00 - 13.00	Entrenamiento Fútbol II
Alevín (2004/2003)	12.00 - 14.00	Piscina
	14.00	Salida



FÚTBOL TECNIFICACIÓN MAÑANA-TARDE

	HORARIO	ACTIVIDAD
Categorías de tecnificación	10.00	Entrada
	10.15 - 11.15	Entrenamiento Fútbol I
Infantil (2002/2001)	11.15 - 11.45	Descanso
	11.45 - 12.45	Actividad I
Cadete (2000/1999)	12.45 - 13.15	Descanso
	13.15 - 14.00	Piscina
Juvenil (1998/1996)	14.00	Salida
	TARDE	
	18.45	Entrada
	19.00 - 20.00	Entrenamiento Fútbol II
	20.00 - 20.30	Ducha
	20.30	Salida



FÚTBOL TECNIFICACIÓN INTERNO

Categorías de tecnificación	MAÑANA	
	HORARIO	ACTIVIDAD
Infantil (2002/2001)	8.30 - 9.00	Despertar - Aseo
	9.00 - 9.30	Desayuno
	9.30 - 10.00	Autobús
Cadete (2000/1999)	10.15 - 11.15	Entrenamiento I
Juvenil (1998/1996)	11.15 - 11.45	Descanso
	11.45 - 12.45	Actividad I
	12.45 - 13.15	Descanso
	13.15 - 14.15	Piscina
	14.15 - 14.45	Autobús



FÚTBOL TECNIFICACIÓN INTERNO

Categorías de tecnificación	Tarde	
	HORARIO	ACTIVIDAD
Infantil (2002/2001)	15.00 - 15.45	Comida
	15.45 - 16.45	Descanso
	16.45 - 17.15	Merienda
Cadete (2000/1999)	17.15 - 18.15	Aula
	18.15 - 18.45	Autobús
Juvenil (1998/1996)	19.00 - 20.00	Entrenamiento II
	20.00 - 20.30	Ducha
	20.30 - 21.00	Autobús
	Noche	
21.15 - 22.00	Cena	
22.00 - 23.00	Actividad albergue	
23.00 - 8.30	Descanso	



REGALOS, SORTEOS... Y MUCHAS SORPRESAS



CAMPUS JAVIER MIÑANO

Tecnificación y perfeccionamiento en fútbol

