



TECNIFICACIÓ

CE APA POBLE SEC



PROPÒSIT TECNIFICACIÓ

OPTIMITZA EL TEU RENDIMENT

L'objectiu d'aquests entrenaments és oferir una millora extra als jugadors que vulguin perfeccionar aspectes del joc que no es poden treballar prou als entrenaments d'equip. A més de potenciar el creixement individual del jugador, les sessions també s'adaptaran a les seves necessitats dins del context del seu equip.





APROFITA L'OPORTUNITAT

Gaudeix de jornades intensives de pur futbol en les quals milloraràs individualment, t'ho passaràs com mai i faràs nous amics per a tota la vida.

HORARI



La tecnificació es realitza els dijous, en horari de 19:00 a 20:00 hores.

DATES



La tecnificació comença el dia 26 de setembre i acaba el dia 29 de juny.



ORGANITZACIÓ PER ETAPES

01 BENJAMÍ

02 ALEVÍ

03 INFANTIL

04 COMPETITIVA

Dividim els grups en 4 etapes segons el nivell i la franja d'edat per garantir una millor qualitat d'entrenament i un perfeccionament més específic. Això permet adaptar les sessions a les necessitats de cada jugador.



AIXÒ ÉS LA SATÀLIA

INSTAL·LACIONS PRIVILEGIADES

Les sessions de tecnificació es realitzen al Camp La Satalia, un entorn únic amb vistes privilegiades de la ciutat de Barcelona, oferint una experiència excepcional per als jugadors.





TECNIFICACIÓ

La tecnificació està oberta a tothom que vulgui millorar el seu rendiment amb sessions d'entrenament específiques i personalitzades.

**APTE PER
TOTS ELS
NIVELLS**



TRES FASES

DESTACANT LA PROGRESSIÓ

Cada sessió de tecnificació es divideix en tres fases ben diferenciades: una primera fase d'activació, una segona fase de treball tècnic i una tercera fase d'aplicació en situacions de joc.



ACTIVACIÓ DEL JUGADOR

Treball individual amb la pilota.



PART PRINCIPAL

Control-passe, desplaçament, protecció del baló, aspectes defensius i condicionals (tipus de força).



PART FINAL

Atacs i defenses prop de la porteria (xuts, centres, 1c1).



TIPOLOGIA EXERCICIS

DESENVOLUPAMENT INTEGRAL

Ens assurem de cuidar tots els detalls perquè quan arribis a l'etapa de rendiment tinguis adquirits els fonaments individuals necessaris per a rendir al màxim nivell.



TÈCNICA INDIVIDUAL

Exercicis de control i passe per millorar la precisió i la coordinació amb la pilota.



TÀCTICA I MOVIMENT

Treball de desplaçaments i circuits motrius per optimitzar el posicionament i l'agilitat dins el camp.



ASPECTES DEFENSIVS

Protecció de la pilota i exercicis enfocats a millorar les habilitats de defensa i guanyar duels.



FINALITZACIÓ I FÍSIC

Pràctiques de finalització i exercicis de força i resistència per potenciar el rendiment físic.



EXEMPLE EXERCICI

Creiem en la transparència. Per això, trobaràs tota la informació detallada de les sessions a la nostra app 360 Player. D'aquesta manera, podràs consultar horaris, exercicis i qualsevol detall que necessitis d'una manera clara i intuïtiva.





INFORMES RENDIMENT



NADAL 2024

Es lliura un informe individual del jugador al Nadal per fer un seguiment del seu progrés.



FINAL DE TEMPORADA

A final de temporada es realitza un anàlisi exhaustiu dels punts forts i febles, destacant aspectes a millorar i treballar.

SEGUIMENT I MILLORA DEL RENDIMENT AMB **360PLAYER**



Amb l'ús de l'app 360Player, seguirem de prop el progrés individual i col·lectiu dels jugadors, analitzant dades i oferint un feedback constant. Els entrenadors podran gestionar els entrenaments i comunicar-se amb els jugadors de manera eficient, potenciant el seu creixement esportiu. Aquest sistema ens permetrà optimitzar els entrenaments i assegurar que cada jugador pugui desenvolupar el seu màxim potencial.

- ▶ Seguiment detallat del rendiment de cada jugador.
- ▶ Comunicació directa entre entrenadors i jugadors.
- ▶ Anàlisi de dades per optimitzar entrenaments.
- ▶ Feedback constant per millorar el desenvolupament individual.
- ▶ Gestió eficient de sessions d'entrenament i planificació.



AVANTATGES TECNIFICACIÓ

Més que només millorar la tècnica, la tecnificació és un procés de creixement integral que potencia la confiança, la creativitat i el rendiment del jugador, adaptant-se a les seves necessitats individuals.

01

Integral

La tecnificació no només millora la tècnica individual, sinó que també fomenta el desenvolupament motor i la consciència corporal del jugador. A través d'exercicis específics, es treballa la coordinació, l'equilibri i l'agilitat, aspectes fonamentals per a un rendiment òptim.

02

Innovació

La tecnificació ofereix un entrenament innovador, allunyat dels esquemes tradicionals. Cada sessió s'adapta a les necessitats individuals de cada jugador, permetent-li progressar a un ritme personal i treballar aspectes específics que li permetin superar-se.

03

Confiança

A través de la tecnificació, els jugadors adquireixen una major confiança en les seves capacitats. Se'ls anima a experimentar, a sortir de la seva zona de confort i a desenvolupar la seva creativitat. Això els permet expressar-se lliurement al camp i prendre decisions amb més autonomia.

04

Optimització

La tecnificació combina la millora tècnica amb el treball físic específic. Gràcies al suport de professionals qualificats, els jugadors poden optimitzar el seu rendiment, prevenir lesions i assolir un nivell físic que els permeti aplicar tot el seu potencial al camp.



ENTRENADORS D'ALT NIVELL

Amb anys d'experiència a les esquenes, els nostres entrenadors aporten un coneixement profund del futbol i les tècniques d'entrenament més modernes.



RESPONSABLES TECNIFI- CACIÓ

ÈNFASI EN L'EXPERIÈNCIA

Al capdavant de la tecnificació trobaràs un equip d'entrenadors altament especialitzats, qui dissenyen i supervisen cada sessió per garantir el teu màxim desenvolupament com a futbolista.

**GENÍS
SAMPIETRO**
UE CORNELLÀ



**POL
MARTÍNEZ**
CE APA
POBLE SEC





ENTRENADORS **TECNIFI CACIÓ**

FORMADORS DE LA CASA

Grup qualitatiu d'entrenadors,
formats amb la metodologia del CE
Apa Poble Sec, acompanyen els dos
coordinadors.



**NAJIM
RAHOUTI**

CE APA
POBLE SEC



**AMIN
RAHOUTI**
CE APA POBLE SEC



**YASSIN
FARKOU**

CE APA
POBLE SEC



**JOEL
MIRO**

CE APA
POBLE SEC



POTENCIA EL TEU JOC

FOCUS EN EL CREIXEMENT

Allò que ja domines, ho perfeccionarem. Allò que encara no coneixes, ho descobriràs. Junts, t'impulsarem a superar els teus límits i convertir-te en el futbolista que sempre has volgut ser.



TAULA PREUS

VARIETAT D'OPCIONS

Els nostres preus s'adapten a les teves necessitats. Consulta les nostres tarifes a continuació i contacta amb nosaltres per a un pressupost personalitzat.

JUGADORS APA

20€

JUGADORS DE FORA

25€



RESERVA I CONTACTA

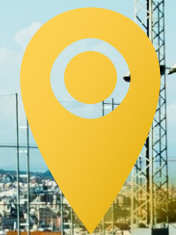
T'esperem a La Satalia

La Satalia és el teu lloc. Contacta'ns per iniciar el teu camí. Ens podem veure al camp per resoldre qualsevol dubte o informació

Telèfon



+34 660 03 52 45





FORÇA APA