

## HORARIO TIPO

HORA	ACTIVIDAD
8:45	Recepción de Participantes
9:00	Trabajo de Activación
10:00	Sesión de Tecnificación Individual
11:00	Descanso (almuerzo)
11:30	Acondicionamiento Físico
12:30	Sesión de Tecnificación (1c1, 2c2, etc)
14:00	Fin del día



**677 595 446**

[www.cdlapaz.net](http://www.cdlapaz.net)  
[info@cdlapaz.net](mailto:info@cdlapaz.net)



## QUÉ

En el **WORKOUT SKILLS ACADEMY** podrás vivir a tope la experiencia del baloncesto sea cual sea tu nivel. Practicarás a diario y de forma intensiva para mejorar tu técnica individual y la táctica de equipo.

Es un campus de baloncesto con **5 horas diarias** de baloncesto de **Tecnificación y Perfeccionamiento**: Entrenamientos centrados en la técnica individual y el trabajo en equipo.

Si el basket es tu pasión y quieres entrenar en un entorno lleno de creatividad, aprendizaje y valores, no puedes faltar a la cita con el **WORKOUT SKILLS ACADEMY**.



## QUÉ INCLUYE

- Entrenamientos sistematizados
- Preparación física
- Coordinación y psicomotricidad
- Grupos reducidos. (Máximo 10 jugadores por entrenador)
- Seguro de Responsabilidad Civil
- Informe completo individualizado a la conclusión.

## PARA QUIÉN

Jugadores y jugadoras **nacidos/as entre 2005 y 2016** que quieran aprovechar las mañanas para mejorar su nivel de juego.

## CUÁNDO

**Del 26 al 29 de diciembre.**

El horario será de **9:00 a 14:00** horas.

Desde las 8:45 habrá monitores en la instalación para facilitar la acogida de participantes.

## PRECIO

CLUB	NO SOCIO
50 €	70 €

## DÓNDE

**CEIP Rosa Montero**

Paseo de la República Dominicana, 11  
(Parla)