

PROYECTOS PIO MEJORA INDIVIDUAL POR GRUPOS

PROYECTO		NIVEL FORMATIVO				SESION N°				DIA																									
MEJORA INDIVIDUAL		INFANTIL-CADETE				1																													
		C.T.Ofensivo		C.T.Defensivo		Tec.Finalizacion		Tec.Basicas		Tec.Desarrollo		Condicional		Especiales																					
		1		1		1		1																											
OBJETIVOS	1	Mantener		Ev.Mantener		Tiro		Control-Pase																											
	2	Progresar		Ev.Progresar		Finalizar		Golpeo Precision																											
	3	Finalizar		Ev.Finalizar				legadas mecanizadas																											
	4																																		
DESCRIPCION DE LA SESION		Ejercicio S T D																																	
		Calentamiento				C 29		1	4			C 29		1	4			C 29		1	4			C 29		1	4								
						C2		1	2			C2		1	2			C2		1	2			C2		1	2								
						C 10		1	4			C 10		1	4			C 12		1	4			C 10		1	4								
						C 15		1	4			C 15		1	4			C 15		1	4			C 15		1	4								
						C 21		1	4			C25		1	4			C24		1	4			C16		1	4								
						C 32		1	2			C 32		1	2			C 32		1	2			C 32		1	2								
		Parte Principal				TA 2		6	2	1		TA 50		6	1'	30"	T 5		4	30'	30"	T 35		2	6	1									
						TA 13		6	2	1		TA 62		6	2	30"	T 4		6	2	30"	T 39		4	4	1									
						TA 28		3	5	1		TA 59		6	2	30"	T 10		3	3	1'	TA 79		4	4	1									
												TA 66		3	4	1	T esp del		3	4	1														
						Total		54'				Total		54'				Total		54'				Total		54'				Total		54'			
		Vuelta a la calma				VC 1		1	3			VC 1		1	3			VC 1		1	3			VC 1		1	3								
				VC 9		1	2			VC 9		1	2			VC 9		1	2			VC 9		1	2										
				VC 10		1	5			VC 10		1	5			VC 10		1	5			VC 10		1	5										
				Total		84'				Total		84'				Total		84'				Total		84'				Total		84'					
OBSERVACIONES																																			
CAMPO																																			
TECNICOS																																			