



Invitación

Nos ponemos en contacto contigo para informarte que los técnicos de tu Federación Autonómica junto con los técnicos de la Federación Española de Patinaje han decidido invitarte a participar en nuestro campus.

A continuación te trasladamos la información más relevante que tienes que saber si decides pasar una semana con nosotros.



Objetivos del Campus

- **Conocerte y verte jugar.**

Has sido seleccionada entre las mejores jugadoras de España. La seleccionadora y todo el equipo técnico quieren saber cómo juegas y cómo te comportas, tanto dentro como fuera de la pista.

- **Que aprendas y mejores como jugadora.**

Estamos seguras que entrenando durante una semana con nuestro staff, y también con el resto de jugadoras invitadas, una vez finalizado el campus, vas a llevarte en tu maleta muchos aprendizajes que te van a ayudar a ser mejor jugadora.

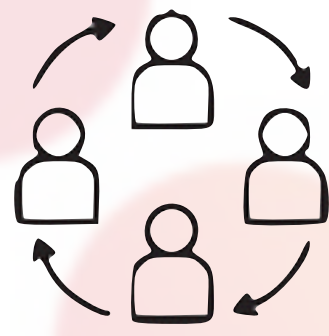
- **Que salgas siendo mejor deportista.**

No solo vas a entrenar, también vamos a realizar otras actividades paralelas como sesiones de preparación física, sesiones de vídeo, charlas con árbitros y jugadoras profesionales y bastantes sorpresas más, todas ellas pensadas para tu crecimiento como deportista.

- **Y que te lo pases en grande.**

De lo que no tenemos ninguna duda es que la experiencia va a ser inolvidable: no solo deportivamente sino también personalmente, ya que te vas a llevar amigas y recuerdos para toda la vida.





Staff técnico



Maria Diez
Seleccionadora Fem sub 17



Alex Tello
Segundo entrenador y
entrenador porteras Seleccion
Fem sub 17



Sara Lolo
Jugadora del Telecable Gijón



Aina Arxé
Jugadora del
CP Enesca Fraga



Anna Casaramona
Jugadora del
HC Palau Plegamans



Ainhoa Garcia
Seleccionadora sub17
femenino Galicia

El Campus



• Vilafranca del Penedès



• Domingo 4 de agosto a las 16.00h. Pabellón Municipal.



• Viernes 9 de agosto a las 13.00h. Pabellón Municipal.



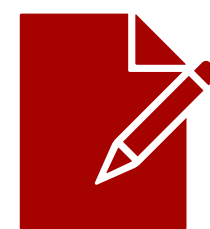
• Pavelló Municipal d'Hoquei, Av. Catalunya, 31, 08720 Vilafranca del Penedès (dos pistas).



• Alberg Municipal de Joventut de Vilafranca- Av. Catalunya, 22, 08720 Vilafranca del Penedès.



• Precio: 340€



• Inscribirse en el siguiente link:
<https://forms.gle/n87wbv1i476xMiCY7>





Ropa

- Es imprescindible traer como mínimo 6 equipaciones enteras (pantalón, media, camiseta) para los entrenamientos.
- Para realizar los partidos de la tarde, la Federación dejará solo camiseta para jugadoras y porteras.
- El resto de ropa que necesiten para entrenar así como la toalla y chanclas de baño la deberán traer de casa.
- La Federación no facilitará ropa para usar fuera de los entrenamientos.
- Traer también bañador y crema solar para ir a la piscina.
- Es imprescindible traer zapatillas deportivas aptas para realizar actividad física.



Material

- Las jugadoras tienen que traer todo el material necesario para realizar los entrenamientos y partidos, excepto las bolas.
- Importante revisar todo el material antes de llegar al Campus para comprobar que está todo en buenas condiciones.
- Obligatorio traer una botella de agua reutilizable para usar durante los entrenamientos y partidos.
- A partir de categoría infantil es obligatorio el uso del casco homologado por la Federación Española de Patinaje.
- La Federación tiene a disposición cascos para ceder, que podrán ser utilizados por diferentes personas durante el campus. Es por este motivo que recomendamos que todas las deportistas que dispongan o puedan disponer del casco homologado utilicen su propio casco.
- El número de cascos que la Federación dispone es limitado por lo tanto se adjudicarán por orden de petición a través del email: campushp@fep.es

Funcionamiento del campus

- El Campus está estructurado pensando 100% en la mejora y aprendizaje de nuestro deporte.
- Durante las mañanas dividiremos a las jugadoras en tres grupos de trabajo. Cada grupo realizará un entrenamiento de 1 h y 45 minutos y una actividad de 1 h aproximadamente.
- De 15 h a 17 h realizaremos otra actividad grupal.
- Todas las actividades están pensadas para la mejora técnico-táctica, física, psicológica o comportamental, tanto a nivel individual como colectivo dentro de un equipo.
- Por la tarde realizaremos partidos entre las componentes del Campus y también otro tipo de competiciones (faltas directas, 2x2 o 3x3).





Horario

HORA	DIA
8:00	Levantarse
8:30	Desayuno
9:15-11h	Entrenamientos
11-12:45h	Entrenamientos
14h	Almuerzo
15h-17h	Actividades
17:30-20:30	PARTIDOS Y OTRAS COMPETICIONES
21:30	Cena
22:30	CHARLA CON...
23H	DORMIR



Llegadas y Salidas

- La Federación va a poner un bus a disposición de todas las jugadoras que lleguen y salgan desde Barcelona tanto para trasladarlos de Barcelona a Vilafranca el primer día, como de Vilafranca a Barcelona el último día.
- El bus hará solo dos paradas; una en el aeropuerto de Barcelona y otra en la estación de Sants (AVE).
- El rango horario de llegada de las chicas debería ser:
 - Llegada: durante la mañana del día 4 de agosto. Horario máximo de llegada 12h.
 - Salida: durante la tarde del viernes día 9. El bus saldrá hacia Barcelona entre las 14h y las 14:30h.
- El tiempo estimado del trayecto Vilafranca-Barcelona es de 1h.
- Recomendamos que todos las chicas de una misma comunidad autónoma que necesitan desplazarse en avión o Ave realicen el viaje juntos.
- Para informarnos sobre los horarios de llegada y salida de las jugadoras se realizará siempre a través del email: campushp@fep.es con fecha límite el día 15 de julio.

! Otra información importante

- Durante el campus vamos a limitar el uso de los teléfonos móviles con el fin de que las jugadoras se centren al 100% en las actividades y la convivencia.
- No está permitida la visita de familiares durante todo el campus. Los familiares solo podrán asistir a los partidos que realizaremos el viernes por la mañana (último día de campus).
- Solo en caso de urgencia el teléfono al que pueden contactar es:

687 566 827 Isa López.
- La organización no se hace cargo de los almuerzos (comida) del domingo 4 ni viernes 9 de agosto.





Reunión informativa

- El próximo viernes día 24 de mayo a las 19:00h vamos a realizar una reunión telemática para esclarecer cualquier duda.
- Para acceder a la reunión conectar-se a través del siguiente link a partir de las 18:55h:

<https://us06web.zoom.us/j/89204430697?pwd=29yilaAswbUvrU7vIAvrIBISuH7kDL.1>



Instalaciones



Vilafranca del Penedès

