

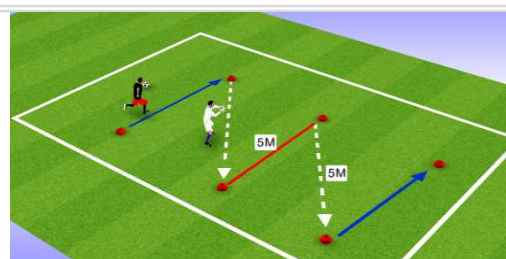
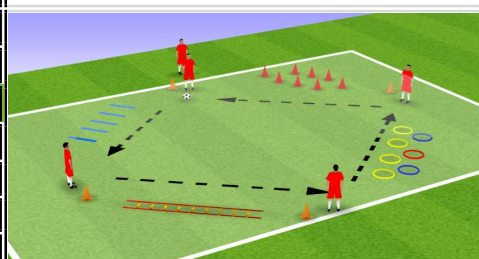


FECHA	23/11/20	Tarea	1		Nombre	Movilidad + Coordinacion Mixta					Ej. 051
DIA	LUNES	Jugadores			Espacio	Tiempo	Repet	Desc.R	Series	Desc.S	T.Total
HORA	10.30hs					30"	12	10"	3	2'	28'
LUGAR	Complejo	Descripcion		Movilidad Articular + Circuito Coordinativo en una estacion + Desplazamientos con y sin balon.							

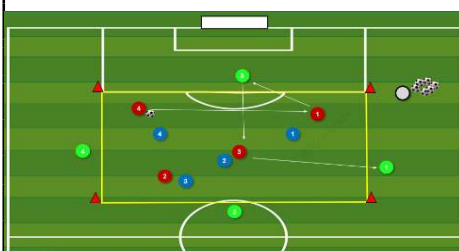
PERIODO	MICROCICLO
Pretemporada	

PLANTEL

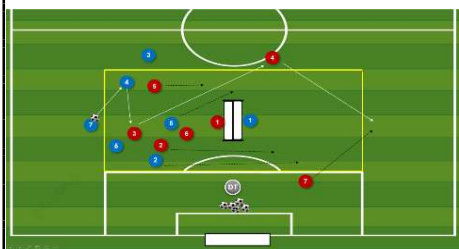
JUGADOR	No	Pos.	Statu	Cond	Min
1 Garcia,A.	1	Gol	Prof.	OK	100
2 Lopez,M.	12	Gol	Prof.	OK	90
3 Mina,K.	21	Gol	Juv.	OK	90
4 Mora,L.	2	Zag	Prof.	SA	45
5 Martinez,K.	4	Lat	Prof.	L	0
6 Lomeri,L.	14	Zag	Prof.	FU	
7 Gimenez,O.	32	Zag	Prof.	OK	100
8 Romero,P.	3	Zag	Prof.	OK	100
9 Kolinto,M.	6	Lat	Prof.	OK	128
10 Marin,J.	15	Lat	Prof.	OK	128
11 Gomez,H.	22	Lat	Prof.	OK	128
12 Alonso,T.	5	Vol	Prof.	OK	128
13 Erazo,L.	8	Vol	Prof.	SA	60
14 Polino,R.	19	Zag	Prof.	OK	128
15 Robira,S.	16	Vol	Prof.	OK	128
16 Torrez,R.	22	Vol	Prof.	SA	60
17 Suarez,O.	23	Vol	Prof.	OK	128
18 Paganini,R.	7	Ext	Prof.	OK	128
19 Alvarez,R.	11	Ext	Prof.	OK	128
20 Zurito,D.	9	Del	Prof.	OK	128
21 Reyes,L.	10	Del	Prof.	OK	128
22 Vidal,E.	18	Del	Prof.	OK	128
23 Hernandez,L.	25	Del	Juv.	OK	128
24 Martinez,M.	24	Del	Prof.	OK	128
25 Gonzalez,E.	17	Ext	Prof.	OK	128
26 Perez,F.	18	Ext	Juv.	OK	128
27 Mautone,F.	26	Lat	Juv.	AD	0
28					
29					
30					



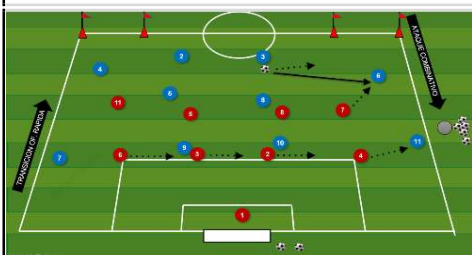
Tarea	2	A	Nombre	Esp.Red. con Reconversiones					Ej. 089
Jugadores		Espacio		Tiempo	Repet	Desc.R	Series	Desc.S	T.Total
4vs4+4 Apoyos		L 40 x A 25		3'	3	1'	3	2'	37'
Descripcion		Esp.Red. de posecion con 4 Jug + 4 Apoyos. Se intenta conseguir jugar con los 4 apoyos para lograr 1 Punto y continuar con la posecion para seguir sumando. Si el Eq en recuperacion logra quitar, se invierten los roles. Al finalizar el bloque, un Eq intercambia con el que jugaba de Apoyo.							



Tarea	2 B	Nombre	Juego Reducido c/transiciones					Ej. 115
Jugadores		Espacio	Tiempo	Repet	Desc.R	Series	Desc.S	T.Total
6vs6 c/2 Gol		L 40 x A 25	7'	2	2'	2	5'	37'
Descripcion	Dos equipos distribuidos con 4 jug por dentro,2 por afuera y Golero. inicia un Eq con posesion en la zona donde tienen los Ext, con el Obj de finalizar en el arco. Si el Eq contrario recupera, intenta realizar Trans. Rapida buscando apoyo con un Jug Ext de su Eq, mientras que el otro Ext corre al fondo para recibir y Continuar							



Tarea	3	Nombre	Juego Condicionado c/transiciones					Ej. 100
Jugadores		Espacio	Tiempo	Repet	Desc.R	Series	Desc.S	T.Total
10vs8+1Gol		L 50 x A 68	5'	4	2'	1	0	26'
Descripcion	Un equipo de 10 jug se dispone en ataque combinativo, mientras que el otro equipo defiende el Arco con 8 jug y Golero. El Eq en situacion defensiva, al momento de recuperar el balon intenta una Trans. OF Rapida buscando transitar por uno de los dos Arcos exteriores.							



MATERIALES Cintas, Grampa, 12 Conos, 7 Aros, 1 Escalera, 8 Bastones, 25 Pelotas, 4 Banderines, Chalecos (12 x 2 Colores + 4 Color)

OBSERVACIONES