



HOQUEI CLUB
SANT JUST

10è. CAMPUS DE DIA DE L'H.C.SANT JUST

Sota la Direcció Tècnica d'en Ferran Pujalte, Entrenador Nacional i Director Tècnic de l'H.C. Sant Just i amb la Coordinació Tècnica de Borja López, actual jugador de l'equip d'Ok Plata del Club, Entrenador Nacional i Coordinador Tècnic de l'H.C.Sant Just, juntament amb la col·laboració de Tècnics del Club i de figures del nostre esport com entrenadors i jugadors d'OK Lliga, es realitzarà durant el mes juny i juliol a les següents dates establertes.

ORGANITZACIÓ i DATES

o

Tandes Campus								
Setmana 1	Suspesa	26	27	28	29	30	01	02
Setmana 2	Benjamí/Prebenjamí/Escola	03	04	05	06	07	08	09
Setmana 3	Aleví/Benjamí/Prebenjamí	10	11	12	13	14	15	16
Setmana 4	Aleví/Benjamí/Prebenjamí	17	18	19	20	21	22	23
Setmana 5	Escola/PreBenjamí/Benjamí	24	25	26	27	28	29	30

Edats			
2016	2015	2014	2013
2014	2013	2012	2011 2010
2015	2014	2013 2012	2011 2010
2012	2013	2014 2015	2016 2017



HOQUEI CLUB
SANTJUST

OBJECTIUS I MOTIVACIONS

Particulars

- 1.- Col·laborar i ajudar amb la màxima il·lusió a què els jugadors/es puguin **desenvolupar i millorar les seves condicions** per practicar l'hoquei patins.
- 2.- Fomentar un **ambient ideal, tant lúdic com de treball**, perquè tots els participants se sentin còmodes, integrats i gaudeixin d'uns dies de **formació i divertiment**, envoltats d'unes magnífiques instal·lacions.
- 3.- Donar **qualitat en els entrenaments** perquè els joves vegin que ens dediquem a la seva millora, intentant **incidir de la millor manera possible** en la seva formació.

Generals

Perdurar en el temps, la il·lusió del Club és que aquest Campus es repeteixi anualment, i que sigui referent en el nostre esport. Per aconseguir això, treballem amb qualitat, esforç, dedicació i sobretot, mantenint **l'orientació clara de treballar per la millora dels joves participants**.

QUI PARTICIPARÀ

✓ **Formadors**

- Direcció General del Campus Ferran Pujalte.
- Subdirecció Borja López.
- Entrenadors del Club experts en formació de categories inferiors.
- Entrenadors externs que enriqueiran amb els seus coneixements la qualitat de les sessions.
- Participació extraordinària d'entrenadors / jugadors d'OK Lliga.

✓ **Jugadors i Porters**

- Jugadors i Porters del Club
- Jugadors i Porters d'altres clubs





HOQUEI CLUB
SANTJUST

QUE ES TREBALLARÀ

Tot un ampli ventall d'aspectes tècnics i tàctics adaptats a les capacitats dels participants i les seves edats, tots ells importants per la participació completa en el joc. S'ha elaborat una graella de continguts adaptats als participants que en resum recullen:

1. Aspectes relacionats amb la tècnica, tant de patí com de pilota, com posturals, mecàniques de passi, xut, etc. Aspectes tàctics individuals vinculats a aspectes defensius, ofensius i de transicions. La Ratió monitors / jugadors ens facilitarà molt les correccions individualitzades.
2. Cultura de joc. En funció de les edats, treball relacionat amb l'enteniment bàsic del joc de conjunt, mobilitat, participació, posicionament i altres elements rellevants per generar un motor de joc i afavorir l'enteniment del joc d'equip.

El disseny dels exercicis està pensat sobre situacions reals de joc per fomentar el desenvolupament individual del jugador tant en l'àmbit tècnic com en l'àmbit tàctic, i relacionats amb continguts de tàctica col·lectiva sempre buscant una visió global de conjunt.



HOQUEI CLUB
SANT JUST

COM ES TREBALLARÀ

Es combinaran sessions d'hoquei amb altres activitats.

Les sessions d'hoquei es dividiran en matí (1h30 o 2 hores en funció de les edats) i tarda (1 hora).

L'Horari previst és el següent:

HORARI 1 GRUP DE TREBALL	
8:00 - 8:30	ACOLLIDA
8:30 - 9:30	ENTRADA I ESMORÇAR
10:00 - 11:45	ENTRENAMENT
12:00 - 13:00	PISCINA
13:00 - 13:45	VESTIR I DESPLAÇAMENT
13:45 - 14:30	DINAR
14:30 - 15:30	LLIURE
16:00 - 17:30	COMPETICIÓ
18:00	SORTIDA

HORARI 2 GRUPS DE TREBALL			
		G1	G2
8:00 - 8:30	ACOLLIDA		
8:30 - 9:30	ENTRADA I ESMORÇAR		
10:00 - 11:30		PISTA	PISCINA EXT. 10h - 11h
11:30 - 13:00		PISCINA EXT. 12h - 13h	PISTA
13:00 - 13:45	VESTIR I DESPLAÇAMENT		
13:45 - 14:30	DINAR		
14:30 - 15:30	LLIURE		
16:00 - 17:30	COMPETICIÓ		
18:00	SORTIDA		

- Poden haver-hi canvis en relació als horaris de piscina i de menjador, en funció dels casals amb qui compartim espais (sempre consensuat amb els responsables del Complex).



HOQUEI CLUB
SANTJUST

A ON ES TREBALLARÀ

Aquest any i com a novetat, els entrenaments d'hoquei es realitzaran a les instal·lacions Esportives del Club Hoquei Molins de Rei, format per dos pistes una interior i un altre exterior, totes dos de terraço.

Poliesportiu Municipal de Molins de Rei:

Carrer de Sant Antoni Maria Claret, 1 bis
08750 Molins de Rei.

A tan sols 10´ del nostre Complex.

Les activitats es realitzaran majoritàriament a les instal·lacions esportives de Molins de Rei el i extraordinàriament en l'exterior.

Tot sempre sota el control dels monitors responsables en cada cas.

L'Esmorzar es durà a terme a la graderia del pavelló interior del Complex Esportiu i el dinar es realitzarà a les instal·lacions esportives del Club Hoquei Molins de Rei.

QUE CAL PORTAR

Tot el material necessari per a la pràctica de l'hoquei patins.

Roba d'entrenament (a ser possible dues mudes per dia, matí/tarda)

Roba de bany per la piscina, inclou casquet i ulleres.

Esmorzar i berenar.

Procurarem material per recanvis o urgències.

CONTACTE DURANT EL CAMPUS

Es facilitarà un telèfon de contacte per incidències.





HOQUEI CLUB
SANTJUST

INSCRIPCIONS i PREUS ESPECIALS JUGADORS CLUB:

-
- **Preu per Torn:** 275 € - subvenció HCSJ de 60€ = 215 €.

Per a realitzar la Inscripció cal fer l'ingrés del import corresponent al compte corrent del Banc de Sabadell (**és imprescindible que en el ingrés hi figuri el nom del nen o nena inscrit**):

ES25.0081.0156.2100.0109.4915

Una vegada fet l'ingrés, s'ha d'entrar al següent link:

<https://hcsantjust.playoffinformatica.com/activitat/17/HC-Sant-Just-Campus-Estiu-2023/> o a la nostra Web www.hcsantjust.net a l'apartat 10è Campus de Dia i omplir el full d'inscripció.

Per a poder tramitar l'Assegurança Esportiva correctament davant la Companyia d'Assegurances, **no s'admetrà cap inscripció al Campus més tard del 30 de juny.**

Amb la col·laboració de:



HOQUEI CLUB
SANTJUST

www.hcsantjust.net
campusdedia@hcsantjust.net
Fem rodar el Club!!

