

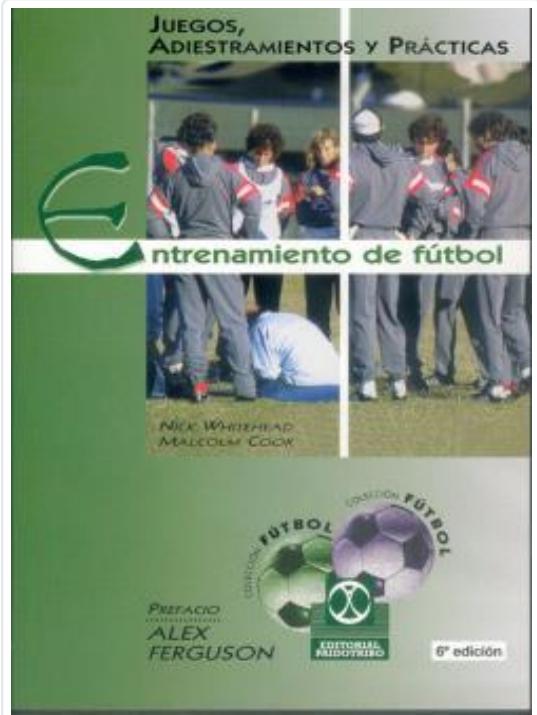


Varios; Whitehead, Nick

Entrenamiento de fútbol. Juegos, adiestramientos y prácticas

Los equipos de fútbol y los jugadores jóvenes en particular se beneficiarán de un programa de entrenamiento que desarrolla sus habilidades tácticas y organizativas, así como el control de la pelota y la buena forma física en general. Con esta finalidad, las prácticas de entrenamiento más efectivas son aquellas que exigen un mínimo de material y de explicaciones, al tiempo que estimulan el progreso y el disfrute dividiendo el equipo en unidades pequeñas y competitivas.

Este libro está ideado para ofrecer programas sistemáticos de adiestramiento y entrenamiento de fútbol basados en principios de aprendizaje sólidos. Incluye juegos, ejercicios y prácticas fundamentales que pueden organizarse con un mínimo de material para desarrollar habilidades técnicas, comprensión táctica, velocidad, resistencia y buena forma física. Todas las actividades son interesantes y presentan un desafío, y el entrenador y los jugadores por igual serán capaces de medir los progresos.



Editorial	Paidotribo
Collecció	Fútbol
Pàgines	140
Mida	215x150x mm.
Pes	290
Idioma	Español
Tema	Deportes
EAN	9788480190596
PVP	10,50 €
PVP sense IVA	10,10 €

