

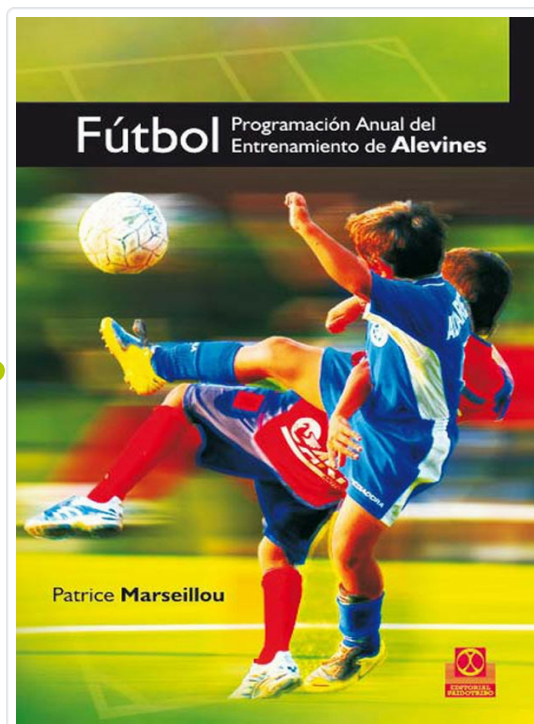


Marseillou, Patrice

Fútbol. Programación anual del entrenamiento de alevines

La categoría de alevines es el último peldaño de la escuela de fútbol y de las competiciones de juego reducido. El aprendiz de futbolista ha superado y ha adquirido su formación durante seis años, pasando de la etapa de principiante a la de iniciación.

Este libro desarrolla una programación anual de entrenamiento para la categoría de alevines que comprende las edades de 10 a 11 años. Se presentan los objetivos por tema, la sesión tipo de la categoría, los ciclos de trabajo por sesión, las fichas de las pruebas, 60 sesiones de entrenamiento y 420 ejercicios de apoyo que van, por ciclo, del más simple al más complejo y se acompañan de gráficos explicativos. Cada sesión y cada ejercicio presentan una base de entrenamiento para que el entrenador pueda preparar el plan de entrenamiento adaptado a las necesidades de su grupo y de los objetivos marcados a largo plazo.



Editorial	Paidotribo
Colección	Fútbol
Encadernación	Tapa blanda o rústica
Páginas	272
Tamaño	215x150x mm.
Peso	490
Idioma	Español
Tema	Deportes
EAN	9788499100166
PVP	27,90 €
PVP sen IVE	26,83 €



9788499100166