

Accademia Nazionale Hockey - FIH

Allenamento N.:	Data: 1/11/2017	Squadra:	U16 e U18 Maschile e Femminile	Area:	NORD- EST
2°	Città: PADOVA	Allenatori:	ANGLANA ALBERTO		ACCADEMIA NAZIONALE MARIO STEFFENEL
	Numero partecipanti:		BIANCO GABRIELE		
	28 FEMMINE 39 MASCHI		CHIRICO MARTINA		
			MAISTRELLO GIACOMO		
			TASSI DAVIDE		
ZORZAN ELIA					
Componenti	Tempo	Tecniche Principi di Gioco		Punti di allenamento chiave	
Riscaldamento	15/20 m.	Riscaldamento generale comune a tutti			
ANGLANA ALBERTO					
Stazione 1	30'	Obiettivo Primario: Tecnica individuale TIRARE con introduzione della superiorità numerica 2v1 e3v2		Obiettivo Secondario: Tecnica Individuale PASSARE, RICEVERE, movimento senza palla	
Gabriele Bianco , Martina Chirico					
Stazione 2	30'	Obiettivo Primario: FUNHOCKEY			
Anglana Alberto					
Stazione 3	30'	Obiettivo Primario: Tecnica individuale TIRARE, con introduzione della superiorità numerica 2v1 e 3v2		Obiettivo secondario: Tecnica individuale PASSARE, RICEVERE, movimento senza palla	
Maistrello Giacomo, Zorzan Elia					
Defaticamento	10 m.				
Commenti:	Abbiamo lavorato su tre STAZIONI , 30' a stazione ; ogni categoria ha prova to 15'/20' il FunHockey: u16 F, u18F, u16M, u18M a turno siamo riusciti a giocare chiaramente a gruppi avento a disposizione un secondo campo in sintetico				