

# Accademia Nazionale Hockey - FIH

<b>Allenamento N.:</b>	<b>Data:</b> 1/11/2017	<b>Squadra:</b>	U16 e U18 Maschile e Femminile	<b>Area:</b>	NORD- EST
<b>2°</b>	<b>Città:</b> PADOVA	Allenatori:	ANGLANA ALBERTO		ACCADEMIA NAZIONALE MARIO STEFFENEL
	Numero partecipanti:		BIANCO GABRIELE		
	<b>28 FEMMINE 39 MASCHI</b>		CHIRICO MARTINA		
			MAISTRELLO GIACOMO		
			TASSI DAVIDE		
ZORZAN ELIA					

Componenti	Tempo	Tecniche Principi di Gioco	Punti di allenamento chiave
<b>Riscaldamento</b> ANGLANA ALBERTO	15/20 m.	Riscaldamento generale comune a tutti	
<b>Stazione 1</b> Gabriele Bianco , Martina Chirico	30'	<b>Obiettivo Primario:</b> Tecnica individuale TIRARE con introduzione della superiorità numerica 2v1 e3v2	<b>Obiettivo Secondario:</b> Tecnica Individuale PASSARE, RICEVERE, movimento senza palla
<b>Stazione 2</b> Anglana Alberto	30'	<b>Obiettivo Primario:</b> FUNHOCKEY	
<b>Stazione 3</b> Maistrello Giacomo, Zorzan Elia	30'	<b>Obiettivo Primario:</b> Tecnica individuale TIRARE, con introduzione della superiorità numerica 2v1 e 3v2	<b>Obiettivo secondario:</b> Tecnica individuale PASSARE, RICEVERE, movimento senza palla
<b>Defaticamento</b>	10 m.		
<b>Commenti:</b>	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		