



## ARC SUB 15 FEMENI

### OBJECTIUS

1. Preparar l'equip per la disputa del Campionat Autonòmic Sub-16.
2. Formar els jugadors com a esportistes d'alt rendiment, dins i fora el camp.
3. Respectar els valors transmesos durant la preparació.

### REQUISITS

- Portar tot el material necessari i obligatori: stick, canyelleres, protector bucal, bames de hockey herba, gomes, foam i ampolla d'aigua.

### INFORMACIÓ BÀSICA PER L'ENTRENAMENT

**Lloc entrenament:** CD TERRASSA

**Dates:** 13,20 i 27 de Novembre.

**Hora:** De 15.15h a 17.15h.

**Específic porteres:** A les 15h al CD TERRASSA, just abans de la sessió tècnica.

### ★ Notes importants:

- Si alguna jugadora necessita algun justificant per presentar al seu centre d'ensenyament ha d'accedir a la pàgina web de la federació Catalana ([www.fchockey.cat/convocatories-arc](http://www.fchockey.cat/convocatories-arc)) i descarregar-se el document. Si la jugadora necessita alguna cosa més sobre justificants o certificats heu de contactar amb la Maria Jose en aquest email: [fchockey@fchockey.org](mailto:fchockey@fchockey.org)
- Si algun jugadora no pot assistir a l'entrenament s'ha d'avisar prèviament a la Seleccionadora Català Stefy Piris, per tal de no perjudicar la preparació i dinàmica programada per la sessió.

### Llistat de jugadores convocades

Aquest primer llistat de jugadores està format per jugadores nascudes el 2011 per tal d'avaluar-los i observar-los amb altres jugadores de la seva edat. A partir del Gener, alguns d'aquestes jugadores, seguiran en dinàmica ARC juntament amb campanyes seves del 2011 per tal de preparar el Campionat Autonòmic Sub 16.

	<b>JUGADORES</b>	<b>CLUB</b>	<b>ANY NAIX.</b>
1	AINA LLOVERAS	CLUB EGARA	2011
2	MARTINA BOSCH	CLUB EGARA	2011
3	ANNA RUIZ	CLUB EGARA	2011
4	ESTEL COMAS BORDONABA	ATHC	2011
5	MAR LÓPEZ HERNÁNDEZ	ATHC	2011
6	ONA VENDRELL CODINA	ATHC	2011
7	ANNA SOLER	ATHC	2011
8	INES ÁVILA	RC POLO	2011
9	INES FÄBREGAS	RC POLO	2011
10	JULIE KRAUEL	RC POLO	2011
11	LAIA ALDEGUER	JUNIOR FC	2011
12	CARLOTA BOSCH	JUNIOR FC	2011
13	LUCIA COMACROS	JUNIOR FC	2011
14	MARIONA MORRELL	JUNIOR FC	2011
15	JUANA GARCÍA MASSIN	FC BARCELONA	2011
16	ALMA MORGADO FERNANDEZ	CD TERRRASA	2011
17	LAURA RUBIO MUÑOZ	CD TERRRASA	2011
18	MARTINA VAZQUEZ MARISCAL	CASTELLDEFELS	2011
19	ARLET BONADA	LINIA 22	2011
20	EMMA PALAU-RIBES (P)	JUNIOR FC	2011
21	AINA VINENT CALVET (P)	FC BARCELONA	2011
22	AINA GALLARZAGOITIA TORRENTS (P)	ATHC	2011
23	MARTA COLMENAR COMADRAN (P)	ILURO HC	2011

## Staff

STEFY PIRIS (Seleccionador)  
 CARLOTA PETCHAMÉ (Tècnic ajudant)  
 JULIA GOMES-FANTASIA (Tècnic ajudant)  
 MARIONA GIRABENT (Entrenador porters)  
 ALEXANDRA MARTINEZ (Fisioterapeuta)  
 LAIA SOLER (Preparador físic)  
 LUCIA ESCOLA (Cap d'equip)