



ARC SUB 14 MASCULÍ

OBJECTIUS

1. Introduir conceptes tècnics, tàctics, físics i mentals en base el que significa ser un esportista d' alt rendiment.
1. Assimilar els continguts treballats durant les sessions d'entrenament i partits.
2. Respectar els valors transmesos durant la preparació.

REQUISITS

- Portar tot el material necessari i obligatori: stick, gua, canyelleres, protector bucal, bambes de hockey herba i ampolla d'aigua.
- Venir amb la motivació que es mereix un entrenament amb la selecció catalana.

INFORMACIÓ BÀSICA PER L'ENTRENAMENT

Lloc entrenament: Estadi Marti Colomer

Data: 14 i 28 de Novembre i 12 de Desembre.

Hora: De 18.00h a 20.00h.

★ Notes importants:

- Si algun jugador 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) i descarregar-se el document. Si el jugador necessita alguna cosa més sobre justificants o certificats heu de contactar amb la Maria Jose en aquest email: fchockey@fchockey.org
- Si algun jugador no pot assistir a l'entrenament s'ha d'avisar prèviament al Seleccionador Català Oriol Torras, per tal de no perjudicar la preparació i dinàmica programada per la sessió.

Específic porters: Durant la pròpia sessió.

Llistat de jugadors convocats

Aquest llistat de jugadors és amb el que treballarem durant 3 sessions. Alternarem cada Divendres, jugadors de primer any i de segon any fins a un total de 6 sessions entre els 2 grups.

JUGADORS	CLUB
Magi Massuet	Iluro Hockey Club
Jaume Guardiola	Iluro Hockey Club
Pol Estivill	Atlètic Terrassa
Jan Castelló	Atlètic Terrassa
Jan Garcia-Cascón	Atlètic Terrassa
Oscar Pallarols	Atlètic Terrassa
Pol Solà	Atlètic Terrassa
Nico Ferrer	Júnior FC
Willy Hoffman	Júnior FC
Roque VDW	Júnior FC
Jan Nogueras (P)	Júnior FC
Isma Medina (P)	Júnior FC
Jorge Valverde	RC Polo de Barcelona
Pep Verdaguer	RC Polo de Barcelona
Luis Ybarra	RC Polo de Barcelona
Bosco Roger	RC Polo de Barcelona
Dani Parés	RC Polo de Barcelona
Ignacio Bertran	RC Polo de Barcelona
Theo Meij	FC Barcelona
Ulises Palacín	FC Barcelona
Toni Niubó	Catalonia
Quim Carrera	Club Egara
Marti Morcillo	Club Egara
Joan Calonge	Club Egara
Carles Fernandez	Club Egara
Miquel Lopez	Club Egara
Pau Pineda (P)	Club Egara
Dante Klemann	Castelldefels HC
Martin Gil	Castelldefels HC
Nil Garcia	CD Terrassa

STAFF

GERMAN HERRERO (Tècnic ajudant)

IGNASI TORRAS (Tècnic ajudant)

XAVI LIS (Tècnic ajudant)

ALBERTO CARNICER (Entrenador Porters)

EDI TUBAU (Preparador físic)

MARC CALVÓ (Fisioterapeuta)

JOAN DIAZ (Cap d'Equip)
