



STAGE PRETEMPORADA 2017-2018

Què? Com l'any passat, la setmana del 4 al 8 de setembre es realitzarà un stage de pretemporada amb l'objectiu d'enfortir els lligams de companyerisme entre els diferents integrants dels equips, així com poder arribar en condicions òptimes per a l'inici de la temporada 2017-2018. Es recomana l'assistència de tots els jugadors i jugadores, a excepció de causes justificades.

Com? L'stage consisteix en tres dies i dues nits intenses de convivència, preparació física i hoquei. L'activitat física i els entrenaments es faran a les instal·lacions de l'Escola Pau Casals i els àpats i les nits a la Residència Salesiana Martí Codolar, en règim de pensió completa. Els jugadors han de portar tot l'equipament necessari per a la pràctica de l'hoquei, així com roba esportiva, necesser complet, sabó i tovallola de dutxa i pijama. També cal que portin un petit esmorzar pel primer dia.

Qui i quan?

- Categories de Prebenjamí i Benjamí: del 4 al 6 de setembre (dilluns, dimarts i dimecres)
- Categories d'Aleví, Infantil i Juvenil: del 6 al 8 de setembre (dimecres, dijous, divendres)

Queden exclosos d'aquesta activitat les categories de: escola, menudets i Prebenjamí iniciació.

Primer dia:

9:00 h	Benvinguda i recepció a la Residència Salesiana Martí Codolar
10:00 h	Activitat esportiva (Pau Casals)
13:30 h	Dinar
15:00 h	Activitat tècnica
16:00 h	Activitat esportiva
20:00 h	Sopar
22:30 h	Final de jornada

Segon dia:

8:30 h	Esmorzar
9:30 h	Activitat esportiva (Pau Casals)
13:30 h	Dinar
15:00 h	Activitat tècnica
16:00 h	Activitat esportiva
20:00 h	Sopar
22:30 h	Final de jornada

Tercer dia:

8:30 h	Esmorzar
9:30 h	Activitat esportiva (Pau Casals)
13:30 h	Dinar
15:00 h	Activitat tècnica
16:00 h	Activitat esportiva
20:00 h	Finalització, recollida a Residència Martí Codolar

El programa tindrà el mateix format per a totes les categories però sempre adaptat al ritme i activitats pròpies de cada edat. Assistiran tant entrenadors com monitors de reforç pels més petits per tal de coordinar i ajudar als jugadors a la bona marxa de l'stage.



STAGE PRETEMPORADA 2017-2018

Preu? El cost de l'activitat és 108 € per majors de 10 anys y 90 € per a 10 anys i menors, i es carregarà al rebut de cada jugador, el 50% en el mes de juliol i la resta al setembre.

