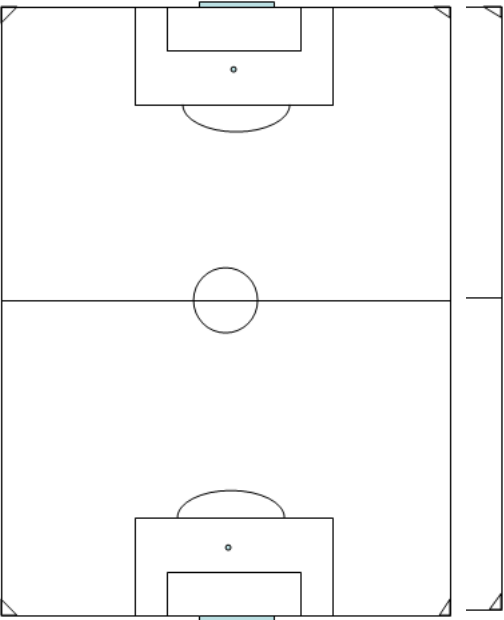
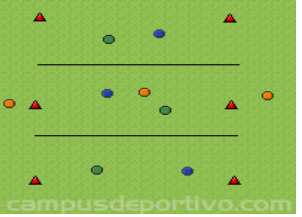
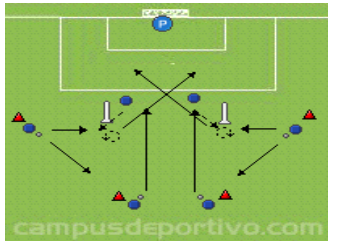


EQUIPO	Sesión	Día	Día Semana	Hora	Lugar
LOIOLA	1	22/6/15	LUNES	9:30	AITXARTE
Carga	Min.	CALENTAMIENTO			
	5	CALENTAMIENTO			5
	5	JUEGO: LA PESTE			10
PARTE PRINCIPAL					
grupo 1	20	MOTRICIDAD 1			30
grupo 2	20	CONDUCCIÓN			50
grupo 3	20	CONTROL + PASE			70
grupo 4	20	MANTENER			90
grupo 5	20	PROGRESAR			110
grupo 6	20	FINALIZAR			130
		PARTIDOS DE FUTBOL			
PARTE FINAL VUELTA A LA CALMA					
	5	JUEGO			135
	5	ESTIRAMIENTOS			140
JUGADOR	A	1	2	3	

DIBUJOS

Temporada	Periodo	Semana	Microciclo
2014/2015	CAMPUS 2015	1	1
PROGRESAR			
			
<p>EJERCICIO: 3 vs 3 + 3 c (2 fuera + 1 dentro)</p> <p>DIMENSIONES: 30 m x 10m.</p> <p>2 equipos de 3, uno en cada zona intentan combinar en las 3 zonas apoyándose en los comodines</p> <p>OBJ. : Apoyos, paredes, desmarques, líneas de pase, c. orientación...</p> <p>T= 3 series de 5', r=1'. Pasan x todos roles</p>			
FINALIZAR			
			
<p>Realizamos una pequeña conduccion, una pared, con un control y un disparo.</p>			
MATERIAL			