



UDA FUTBOLA

Informazio dossier-a / Dossier informativo

EKAINA /
JUNIO

Al

Ar

Az

Og

Ol

Lr

Ig

17

18

19

20

21

22

23

T1

24

25

26

27

28

29

30

T2

1

2

3

4

5

6

7

T3

8

9

10

11

12

13

14

T4

15

16

17

18

19

20

21

T5

22

23

24

25

26

27

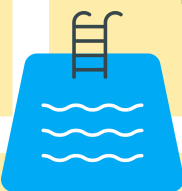


28

T6

UZTAILA /
JULIO

JARDUERA ETA ORDUTEGIAK

2.-5. txandak

ORDUTEGIA	ASTELEHENA	ASTEARTEA	ASTEAZKENA	OSTEGUNA	OSTIRALA
9:00-9:30	HARRERA ETA ANTOLAKUNTZA / RECEPCIÓN Y ORGANIZACIÓN				
9:30-11:00	Banakako teknika Técnica individual	Beroketa berezia Calentamiento especial	Beroketa berezia Calentamiento especial	TXANGO! ¡Excursión!	Beroketa berezia Calentamiento especial
11:00-11:30	HAMAIKETAKOA				
11:30-12:15	Futbolean jolasten Jugando con el fútbol	 Igerilekua Piscina	Koordinazioa Coordinación y oposición	 TXANGO! ¡Excursión!	Igerilekua Piscina 
12:15-13:00	Koordinazioa eta oposizioa Coordinación y oposición	Koordinazioa Coordinación y oposición	Banakako teknika Técnica individual	TXANGO! ¡Excursión!	Banakako teknika Técnica individual
13:00-14:00	BAZKARIA / COMIDA				
14:00-15:00	Lehiaketak eta txapelketak Competiciones y concursos	Lehiaketak eta txapelketak Competiciones y concursos	Lehiaketak eta txapelketak Competiciones y concursos	Lehiaketak eta txapelketak Competiciones y concursos	Lehiaketak eta txapelketak Competiciones y concursos

KAIXO! ENTRENATZAILEA

Ekaitz dut izena, 22 urte ditut eta 16 urte daramatzat futbolean jokatzeko. Athleticen beheko mailatan jokatu dut eta azken denboraldi honetan 3. Mailan aritu naiz Uritarran.

Tafad (kirol goi-mailako gradua) ikasi dut eta kirola maite dut, futbola bereziki, eta haurrei pasio hori transmititzea eta nire ezagutza guztiak haiekin modu dibertigarri eta dinamiko batean partekatzea gustatzen zait.



Me llamo Ekaitz, tengo 22 años y llevo jugando al fútbol 16 años. Juego de portero y he jugado en las categorías inferiores del Athletic y esta última temporada he estado en 3º división en el Uritarra. He estudiado Tafad (grado superior de deporte) y me apasiona el deporte, en especial el fútbol y me encanta transmitirles esa pasión a los más pequeños y compartir todos mis conocimientos con ellos de una manera divertida y dinámica.

HELBURUAK / OBJETIVOS

TAKTIKA - TÁCTICA

Bakarkako taktika landu
Talde taktika ikasi
Erabaki hartze prozesua



TEKNIKA - TÉCNICA

Bakarkako teknika landu
Alderdi ezberdinak landu
Ariketa praktikoak



LANKIDETZA - COOPERACIÓN

Taldea sustatu
Taldeko lan ariketak
Posizioen xehetasunak



SOZIALIZAZIOA - SOCIALIZACIÓN

Txango bat astero!
Igerilekuan jolasak
Txapelketak egunero



ARROPA ETA KOMUNIKAZIOA



- Haurrek kirol arropa eta takodun-botak jantzita etorri beharko dute kanpusera.
- Motxila bat ekarri beharko dute aldatzeko, arroparekin eta saioak amaitzean dutxatzeko behar dutenarekin.
- Los niños y niñas deberán venir vestidos con ropa deportiva y con botas de tacos para el campo de hierba.
- Deberán traer una mochila con ropa de recambio y lo necesario para ducharse al finalizar las sesiones de la actividad.



Edozein komunikazio (zalantza, iradokizuna, kexa, ...) email eta telefonoz egin dakioke arduradunari. Ez da baliozkoa izango bus monitore edo gidarien bidez egindako komunikazioa, ez ahoz ezta idatzizkoa izanik ere.

Cualquier comunicación (sugerencia, queja, consulta,...) se podrá hacer por email o teléfono. No tendrán validez oficial lo comunicado a los monitores de autobús ni choferes, ni verbalmente ni con notas escritas.

behekosoloaxxi@lauro.eus

Tlf.: 944711610, 8:30-15:00