



Comité Aragonés de Entrenadores de Fútbol

JORNADAS DE FÚTBOL SALA

Fecha: 7 de Marzo de 2018

Hora: 19:30 h.

Lugar: Salón de Actos de la FAF

Título de la Ponencia:

"Transforma tu tiempo en una oportunidad. Entrenamiento integrado"

Ponentes:

MARÍA BES FÉLIX y ALFONSO RODRÍGUEZ LONGARES



Ante más de 60 Técnicos y Monitores, y tras una breve introducción de Agustín Cirac y Pedro Galve, tomaron la palabra María Bes Félix y Alfonso Rodríguez Longares quienes durante cerca de dos horas nos expusieron la ponencia ***"Transforma tu tiempo libre en una oportunidad. Entrenamiento Integrado"***.

En su ponencia, y tras una breve presentación, nos dieron una sencilla definición del concepto de entrenamiento integral. A continuación Alfonso y María nos hicieron una extensa demostración de su manera de trabajar, comenzando por mostrarnos como pasan de la teoría y los conceptos, a la práctica del día a día en su modelo de trabajo y planificación. Por último nos mostraron como diseñan sus sesiones de entrenamiento, con el reparto de los tiempos de trabajo, y su diseño de tareas.

Tanto Alfonso como María lograron involucrar a los asistentes a la Ponencia, consiguiendo que hubiera una gran interacción entre ambas partes, y que todos saliéramos con la sensación de haber aprendido algo nuevo, y de que hubiéramos estado una hora más escuchándolos.



José Luis Pascual