



TSM PRO SOCCER CAMP

8 έως 13 Ιουλίου 2021



Το camp απευθύνεται σε αγόρια και κορίτσια που έχουν γεννηθεί μεταξύ 2004 & 2014

Η ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ

Το TSM Pro Soccer Camp είναι ένα εντατικό προπονητικό πρόγραμμα διάρκειας έξι ημερών, με κύριο γνώρισμα την εξατομικευμένη προπονητική παρέμβαση πάνω στα ιδιαίτερα ατομικά χαρακτηριστικά κάθε παίκτη που συμμετέχει! Περιλαμβάνει:

- στοχευμένες ασκήσεις ατομικής τεχνικής
- 1v1 έως 4v4 σε αγωνιστικές καταστάσεις
- πρόγραμμα μυϊκής ενδυνάμωσης &
- mini ποδοσφαιρικά τουρνουά
- αθλητική Yoga
- βελτίωσης της φυσικής κατάστασης με προπονητικά μέσα για τις ανάγκες του σύγχρονου ποδοσφαιρού.

Ενδεικτικό Πρόγραμμα:

8.30	Πρωινό	17.00	Υπαίθρια Δραστηριότητα
9.15	Προπονητική ζώνη	18.00	Προπονητική ζώνη
12.30	Πισίνα	20.00	Βραδινό
15.00	Μεσημεριανό	20.45	Βραδινή Ψυχαγωγία
15.30	Μεσημεριανή Ανάπαυση	22.15	Βραδινή Ανάπαυση

Υπεύθυνος Διοργάνωσης:

Πελέκης Χαράλαμπος



Φιλοξενία

Οργάνωση

Υποστηρικτής

Επικοινωνία:

SPORTCAMP - Κέντρο Αθλητικής Προετοιμασίας

☎ 27440 23999 (εσωτ. 141)

✉ sports@sportcamp.gr

🌐 www.sportcamp.gr





Υπό την καθ'οδήγηση της Ολλανδικής μεθόδου προπόνησης Total Soccer Method.

ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ



Roger Bongaerts

Camp Head Coach
Ιδρυτής της μεθόδου TOTAL SOCCER METHOD. Είναι κάτοχος UEFA A, έχει εργαστεί σε διάφορες χώρες του κόσμου. Η ζωή του είναι αφιερωμένη στο ποδόσφαιρο και στην καινοτομία μεθόδων κατάρτισης, εκπαίδευσης και προπόνησης. Είναι τεχνικός διεθυντής των ακαδημιών της ολλανδικής ομάδας VV-Venlo ενώ υπήρξε και στην PSV Eindhoven και Arsenal FC.



**Αγραφιώτης
Φώτης**
Διπλωματούχος
προπονητής
UEFA C
από την
Ε.Π.Ο.



Πέτρου Σωκράτης
Αποκλειστικός αντιπρόσωπος και πιστοποιημένος προπονητής της TSM στην Ελλάδα, κάτοχος UEFA C. Έχει αγωνιστεί σε υψηλό επίπεδο για περισσότερα από 10 χρόνια σε επαγγελματικές ομάδες στην Ελλάδα & στο εξωτερικό ενώ έχει και αρκετές συμμετοχές με την Εθνική Ελλάδος σε όλα της τα κλιμάκια.



**Γάκιος
Κωνσταντίνος**
Διπλωματούχος
προπονητής
UEFA C
από την
Ε.Π.Ο.



**Αθανασοπούλου
Πέννη**
Απόφοιτη του
ΤΕΦΑΑ Αθηνών,
personal trainer
με εξειδίκευσή στο
Strength and Conditioning.



**Γαρμής
Χάρης**
Προπονητής αναπτυξιακών
ηλικιών με διπλώματα
UEFA C' & UEFA B' Futsal
ενώ έχει πιστοποιηθεί
με δίπλωμα εκπαίδευσης
τεχνικής κατάρτισης.

Το προπονητικό camp φιλοξενείται στο μεγαλύτερο ιδιωτικό αθλητικό κέντρο της Ελλάδας, το SPORTCAMP.

Αξία Συμμετοχής: 285 €

- Διαμονή 5 διανυκτερεύσεις
- Πλήρη διατροφή με 3 γεύματα ανά διανυκτέρευση
- Συμμετοχή στο προπονητικό πρόγραμμα
- sport kit Προπονήσεων
- Ιατρική κάλυψη 24h
- Φύλλο Αξιολόγησης
- Αναμνηστικό δίπλωμα

