

TSM PRO
SOCCER CAMP

8-13/7/2022



ΤΟ CAMP ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ ΣΕ ΑΓΟΡΙΑ ΚΑΙ ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ ΓΕΝΝΗΘΕΙ ΜΕΤΑΞΥ 2006 & 2015

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 και περιλαμβάνει:

- στοχευμένες ασκήσεις ατομικής τεχνικής
- μίνι ποδοσφαιρικά τουρνουά
- 1v1 έως 4v4 σε αγωνιστικές καταστάσεις
- πρόγραμμα μυσικής ενδυνάμωσης
- μίνι ποδοσφαιρικά τουρνουά
- βελτίωση της φυσικής κατάστασης με προπονητικά μέσα για τις ανάγκες του σύγχρονου ποδοσφαίρου

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

8.30	Πρωινό
9.15-11.30	Πρωινή προπονητική ζώνη
12.30	Πισίνα
15.00	Μεσημεριανό
15.30-17.00	Μεσημεριανή Ανάπαυση
17.00-18.00	Υπαίθρια Δραστηριότητα
18.00-19.30	Απογευματινή Προπονητική ζώνη
20.00	Βραδινό
20.45	Βραδινή Ψυχαγωγία
22.15	Βραδινή Ανάπαυση

ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ



ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΗΣ



ΥΠ. ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ CAMP

Πελέκνης Χαράλαμπος

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

SPORTCAMP - Κέντρο Αθλητικής Προετοιμσίας

☎ 27440 23999, 27440 66860 ext.141

✉ sports@sportcamp.gr

🌐 www.sportcamp.gr

Υπό την καθοδήγηση της Ολλανδικής μεθόδου προπόνησης TOTAL SOCCER METHOD



ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ



Roger Bongaerts
Camp Head Coach

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



Πελέκης Χαράλαμπος
Υπεύθυνος διεξαγωγής του Camp. Αντιπρόσωπος και πιστοποιημένος προπονητής της TSM στην Ελλάδα, κάτοχος UEFA B και απόφοιτος του ΤΕΦΑΑ Σερρών.



Πέτρου Σωκράτης
Αντιπρόσωπος και πιστοποιημένος προπονητής της TSM στην Ελλάδα, κάτοχος UEFA C με περισσότερα από 10 χρόνια δράσης σε επαγγελματικές ομάδες στην Ελλάδα και στο εξωτερικό.



Γάκιος Κωνσταντίνος
Διπλωματούχος προπονητής UEFA B από την Ε.Π.Ο.



Γιώργος Μπόζνος
Προπονητής τερματοφυλάκων κάτοχος UEFA C.



Αθανασοπούλου Πέννυ
Απόφοιτη του ΤΕΦΑΑ Αθηνών, personal trainer με εξειδίκευση στο Strength and Conditioning



Αγραφιώτης Φώτης
Διπλωματούχος προπονητής UEFA B από την Ε.Π.Ο.



Γαρμής Χάρης
Προπονητής αναπτυξιακών ηλικιών με διπλώματα UEFA C και UEFA B Futsal, ενώ έχει πιστοποιηθεί με δίπλωμα εκπαίδευσης τεχνικής κατάρτισης.



ΑΞΙΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ
285€ συμμ. ΦΠΑ

- Διαμονή 5 διανυκτερεύσεων
- Πλήρης διατροφή με 3 γεύματα ανά διανυκτέρευση
- Συμμετοχή στο προπονητικό πρόγραμμα
- Sport Kit Προπονήσεων
- Ιατρική κάλυψη 24h
- Φύλλο Αξιολόγησης
- Αναμνηστικό δίπλωμα

ΤΟ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΟ CAMP ΦΙΛΟΞΕΝΕΙΤΑΙ ΣΤΟ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΟ ΙΔΙΩΤΙΚΟ ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ, ΤΟ SPORTCAMP.