

Alitalia calcio ASSOCIAZIONE



PER I NATI DAL 2009 AL 2005

EZIO SELLA FOOTBALL CAMP

Presso il C.S. **HELICS**
Via Ostiense, 2213 - 00119 Roma (Ostia Antica)
dal 11 al 28 GIUGNO

Nella splendida cornice del C.S. **HELICS**, Ezio Sella ti invita ai Football Camp, stage di 1/2/3 settimane di calcio e divertimento, dedicate all'approfondimento della tecnica di base. Le attività in campo saranno intervallate da momenti di relax in piscina ed approfondimenti in aula con visione di film e documentari legati ai grandi campioni del calcio e alla cultura dello sport, che renderanno godibili i campus anche nelle ore più calde della giornata.

PROGRAMMA SETTIMANALE

Giorno	Attività Tecnica
LUNEDÌ	Controllo della palla
MARTEDÌ	Trasmissione e Ricezione
MERCOLEDÌ	Finta e Dribbling
GIOVEDÌ	Tiro
VENERDÌ	Marcamento e Smarcamento

LA QUOTA DI ISCRIZIONE COMPRENDE:
Istruttori qualificati UEFA PRO,
Preparatori Motori IUSM,
Kit di allenamento (2 maglie, 2 pantaloncini,
2 calzerotti, 1 sacca),
Assicurazione, Snack e Pranzo.

PROGRAMMA GIORNALIERO

8:00-9:00	Accoglienza e preparazione
9:00-11:00	1° Seduta di allenamento in campo (Intervallata da uno snack a base di frutta o prodotti energetici)
11:00-12:30	Relax in piscina esterna
12:30-13:30	Pranzo
13:30-15:00	Relax e approfondimento con proiezione di pellicole su maxi-schermo
15:00-16:30	2° Seduta di allenamento in campo (Intervallata da uno snack a base di frutta o prodotti energetici)
16:30-17:30	Relax in piscina esterna
17:30-18:00	Fine delle attività

Institutional Partners:



Business Partner:



Communication Partner:






Alitalia calcio ASD



Direttore Tecnico Ezio Sella

Responsabile Campus Daniele Panico

PER INFORMAZIONI E DETTAGLI:
347-4863898 / 388-6509957
asdalitaliacalcio@alitalia.com
www.alitaliacalcio.it

 ASD Alitalia Calcio
 @AlitaliaCalcio
 Alitalia Calcio

Institutional Partners



Business Partner



Communication Partners

