

PROGRAMMA CAMP



WATERPOLO SUMMER CAMP ISOLA DI ALBARELLA 30 GIUGNO - 5 LUGLIO 2019

ISCRIZIONI

GIORNATA TIPO

- 7.30 Sveglia
- 8.00 Colazione - hotel Capo Nord****
- 9.00 Preparazione atletica
- 10.30 Primo allenamento in vasca da 50mt
- 13.00 Tutti a pranzo - hotel Capo Nord****
- 14.00-15.00 Relax nelle proprie stanze
- 15.30 Lezione teorica (video analisi)
- 16.30 Parco acquatico, mare, tornei sportivi (beach volley, calcetto, ecc..) sempre seguiti dal nostro staff
- 17.30 Secondo allenamento in Vasca da 50mt
- 20.00 Tutti a cena - hotel Capo Nord****
- 21.00 Cambio d'abito e liberi fino alle 23.00... per godersi l'animazione serale e le feste organizzate dallo staff dell'Isola.
- 24.00 Tutti a letto!!

L'organizzazione della "giornata tipo" è indicativa, potrebbe subire variazioni a discrezione della Direzione Tecnica.

QUOTA CAMP

La quota di partecipazione al camp è di 440,00€ e comprende la sistemazione in hotel, appartamenti o ville con trattamento di pensione completa, uso gratuito di una bicicletta* per tutta la permanenza, accesso spiaggia privata e uso strutture sportive e ricreative.

Possibilità viaggio A/R in Bus GT da Roma a 50,00€/persona (il ritorno potrà essere in treno o bus, sempre accompagnati dal nostro staff, in base del numero di atleti che dovranno fare rientro).

*Ogni partecipante dovrà lasciare una cauzione di 5,00 a bicicletta che sarà restituita alla riconsegna. Gli atleti saranno responsabili di eventuali danni arrecati alle bici.

MODALITA' DI PAGAMENTO

Acconto del 50% entro il 30.04.2019

Saldo entro il 30.05.2019

Bonifico intestato a: ASD Aquatica

IBAN IT16I0521639140000000000362



☎ 339.3071266 🌐 WWW.CSEN.IT

✉ AQUATICAPALLANUOTO@GMAIL.COM



PATROCINIO
REGIONE del VENETO

7° WATERPOLO SUMMER CAMP - 2019

ALBARELLA

IL SUMMER CAMP

LO STAFF TECNICO

ISOLA & LOCATION

L'A.S.D. Aquatica organizza
in collaborazione con C.S.E.N.

Centro Sportivo Educativo Nazionale
la 7ª edizione del Waterpolo Summer Camp
sull'Isola di Albarella (RO).

Un'isola privata immersa nella splendida Riserva naturale del Delta del Po, accesso riservato e vigilanza h24. Tutti i partecipanti avranno a disposizione una bicicletta per la durata del soggiorno. Sistemazione in pensione completa; il ristorante dell'hotel Capo Nord**** è attrezzato per qualsiasi forma di intolleranza e/o allergia alimentare.

ISOLA, SPIAGGIA E PISCINE



HOTEL, VILLE E RISTORAZIONE



IL NOSTRO SUMMER CAMP



Ogni giornata del Summer Camp è dedicata allo sport con preparazione atletica a secco in spiaggia o sul campo da calcio in erba, due sedute giornaliere di allenamento in vasca da 50mt: tecnica individuale, tattica e partite. Video riprese anche subacquee che i nostri tecnici analizzeranno con i ragazzi/e per focalizzare l'attenzione sulla corretta esecuzione dei gesti tecnici, lezioni teoriche e visione di video didattici... ma non mancano i divertimenti: spiaggia privata, piscine con cascate e scivoli, tornei di calcetto/beach volley ed eventi organizzati dall'animazione del Villaggio.

I ragazzi/e saranno seguiti da tecnici federali con decennale esperienza nazionale ed internazionale.

Preparatori atletici, allenatori di nuoto e pallanuoto di altissimo livello tecnico.

Direzione Tecnica

del WP Camp curata dal Resp. Tecnico Nazionale Pallanuoto CSEN **Marco Taruggi** che si avvarrà della collaborazione dei coach internazionali **Juan Ramon Garcia** e **Istvan Moldvai**.

Oltre 200 presenze con la nazionale Rumena
Mondiali Roma 1994
Europei Vienna 1995
Olimpiadi Atlanta 1996
Europei Firenze 1999
4 scudetti e 3 coppe nazionali (Romania)
Vari anni tra A2 e A1



JUAN RAMON GARCIA

Giochi Centro-Americani - Porto Rico '94
Campionato pre-olimpico - Germania '97
1998-2007 ha giocato in Italia in serie A1
2015-18 allenatore in seconda
SS Lazio Nuoto A1

IL NOSTRO STAFF



ISTVAN MOLDAI

13 anni titolare con la Nazionale cubana
Campionato Panamericano - Cuba '91
Mondiale Australia '92
Campionato pre-olimpico - Canada '93
Coppa del Mondo - Grecia '93
Mondiale di Roma - Italia '94