



MCFCAMPUS CARTAGENA 2016

Cartagena, 24 de Junio del 2016

INTRODUCCIÓN

Este año, el Cartagena F.C. organiza en las instalaciones de la "Ciudad Deportiva Gómez Meseguer", el 1^{er} Campus del MÁLAGA CF SAD, que por primera vez se realiza fuera de Andalucía.

El Málaga CF SAD, tiene como objetivo que los niños y niñas de Cartagena y comarca, puedan experimentar una alternativa positiva de aprendizaje a través de una combinación perfecta entre fútbol, compañerismo y otras actividades.

El Campus cuenta con un variado programa de actividades formativas y de ocio en las que los participantes vivirán de primera mano lo que significa crecer en un entorno de respeto y trabajo de equipo. Está orientado a chicos y chicas de entre 7 y 17 años, y cuenta con un intenso programa de actividades destinado a mejorar sus capacidades futbolísticas. Además los participantes podrán vivir la increíble experiencia de entrenar en unas instalaciones muy equipadas junto a entrenadores profesionales de la Academia MÁLAGA CF SAD.

SERVICIOS OFRECIDOS

- Seguro personalizado desde los días 27 de Junio al 15 de Julio de 2016.
- Servicio de Fisioterapia a pie de campo.
- Entrenadores titulados a nivel Territorial / Nacional.
- Entrenador de porteros titulado a nivel Nacional.
- Bebidas / Frutas / etc.
- Visitas guiadas al Arsenal y al Museo del Teatro Romano.
- Visita al parque de Tentegorra y a la piscina de la Casa de la Juventud.
- Visita de jugadores.
- Trabajo metodológico con tareas programadas.
- Material deportivo, (1 equipación completa + segunda camiseta + mochila).
- Diploma semanal de contenidos.
- Charlas de nutrición y prevención de lesiones e higiene.
- Aula matinal desde las 8.30.

SERVICIOS OPCIONALES

- Servicio de comedor con menú deportivo desde las 14.00 hasta las 15.00 con un precio de 7 €.

DÍA	1 ^{er} Plato	2 ^o Plato	Postre	Bebida
LUNES	Ensalada Mixta	Espaguetis Boloñesa	Yogurt, fruta o helado	Agua o refresco
MARTES	Ensalada Mixta	Pechuga Pollo Empanada con patatas	Yogurt, fruta o helado	Agua o refresco
MIÉRCOLES	Ensalada Mixta	Lentejas	Yogurt, fruta o helado	Agua o refresco
JUEVES	Ensalada Mixta	Arroz Blanco con huevo	Yogurt, fruta o helado	Agua o refresco
VIERNES	Ensalada Mixta	Jamoncitos de jamón york con patatas	Yogurt, fruta o helado	Agua o refresco

- Fotos y DVD del Campus.



MCFCAMPUS CARTAGENA 2016

VISITAS CONFIRMADAS

- Juan Del Río (MÁLAGA CF SAD).
- Juan Antonio Ros (FC BARCELONA).
- Juan Pedro Pérez (VILLAREAL CF SAD).
- Sergio Jiménez (FC CARTAGENA).
- David Alcántara (LA HOYA LORCA CF).
- Javier Cañadas (CD ELDENSE).

PROGRAMACIÓN DEL CAMPUS

		MALAGA CLUB DE FÚTBOL		MCFCAMPUS		Cartagena2016	
SEMANA 1							
		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	
09:30 - 10:30		CONTROL Y PASE	CONDUCCIÓN	ACTIVIDADES	PERFILES	HABILITAR LINEAS DE PASE	
10:30 - 11:30		REGATE	PARED		ESPACIO LIBRE	TORNEO	
11:30 - 12:00		ALMUERZO E HIDRATACIÓN	ALMUERZO E HIDRATACIÓN		ALMUERZO E HIDRATACIÓN		
12:13		CAMBIO DE ORIENTACIÓN CHARLA MÁLAGA	VELOCIDAD / PAUSA CHARLA JUGADOR		DESARRIQUE DE APOYO / RUPTURA CHARLA JUGADOR	CLAUSURA	
13:14		TIRO TÁCTICA ENTRENADOR	TIRO TÁCTICA ENTRENADOR		TIRO TÁCTICA ENTRENADOR		

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Camiseta AZUL	Camiseta ROSA	Camiseta AZUL	Camiseta ROSA	Camiseta AZUL

Con respecto a la ducha de los niños, no es obligatoria, pero desde el Campus se aconseja que se duchen tras acabar la jornada. Aquel que se duche tendrá que venir preparado con toalla, zapatillas, etc.

En lo que respecta a las actividades planificadas para el Campus para los Miércoles, (29 de Junio, 6 de Julio y 13 de Julio), se realizarán las que aparecen a continuación, y a ellas habrá que acudir llevando en las mochilas: zapatillas, toalla, bañador....., además de todo lo necesario en el caso de que se vayan a duchar:

- ✓ Miércoles 29 de Junio: Parque de Tentegorra.
- ✓ Miércoles 6 de Julio: Visita al Arsenal y a la Piscina de la Casa de la Juventud.
- ✓ Miércoles 13 de Julio: Visita al Museo del Teatro Romano y a la Piscina de la Casa de la Juventud.

Para dichas actividades la organización del Campus designará lugar y hora para dejar a los niños, ya que no se citarán en la Ciudad Deportiva.

CONTACTO

- Ciudad Deportiva Gómez Meseguer 968 527 617
- Vicente López (Málaga CF SAD) 658 904 898
- Leo Gómez (Coordinador) 619 611 749

- Página Web: cartagenaefese.es
- E-mail: lgc79@hotmail.es / cartagenaafc@hotmail.com