



RENDIMIENTO Y DESARROLLO FEDERACIÓN DE RUGBY DE MADRID

CAMPUS DE TECNIFICACIÓN DE JUGADORAS (2013 – 2010)

DICIEMBRE 2025

Tecnificación de jugadoras. Temporada 2025 – 2026.

La tecnificación de jugadoras es una actividad fundamental para su desarrollo, en una búsqueda continúa de la mejora deportiva y crecimiento como deportista

Trabajar de forma específica los aspectos fundamentales del juego y las técnicas básicas necesarias para poder ejecutarlos

DOMINGO 28/12/2025 de 10:00 a 14:00

LUNES 29/12/2025 de 10:00 a 14:00

MARTES 30/12/2025 de 10:00 a 14:00

CAMPO DE LAS LEONAS
(Ensanche de Vallecas)

es de suma importancia para la evolución de las jugadoras en un deporte como el rugby.

La propuesta de tecnificación de este año gira en torno a la velocidad de juego , jugar mas rápido es un reto que debemos abordar en las categorías de formación ,se trabajará sobre la importancia del duelo , de la transformación , de la ocupación y de las opciones para conseguir unas decisiones mas rápidas , por supuesto acompañadas de los elementos técnicos que puedan usar los jugadores como herramientas para conseguirlo

NÚMERO DE PLAZAS:

25

PRECIO DE INSCRIPCIÓN:

45€

FECHA LÍMITE DE INSCRIPCIÓN:

15 de diciembre de 2025

Descripción

El principal objetivo del campus de tecnificación femenino es abrir los programas de tecnificación a todas las jugadoras de Madrid que quieran mejorar. Mejores jugadoras aumentan el nivel de competencia tanto en los entrenamientos de clubes y selecciones como en la propia competición, elevando el nivel deportivo de toda la comunidad.

La propuesta deportiva para este campus de tecnificación se basa en la mejora de la velocidad de juego , el entendimiento de los conceptos tácticos y de la técnica para ejecutarlos con la intencionalidad de ejercer presión sobre la defensa.

Requisitos de Acceso

- El campus está dirigido a **jugadoras con licencia** en la FRM y nacidas entre 2013 y 2010, ambos incluidos.
- La inscripción se realizará mediante el siguiente formulario on-line:
<https://forms.gle/twwAinFUd21BYFZv7>
- Fecha límite: **14 de diciembre de 2025**
- El miércoles **16 de diciembre de 2025** se publicará la lista de aceptados y la lista de espera.
- El **orden de admisión** se realizará atendiendo a los siguientes criterios:
 1. Equilibrio entre los grupos de edad.

2. Orden de recepción del formulario on-line.

Entre el 16 y el 19 de diciembre los deportistas aceptados deberán abonar el importe correspondiente a la inscripción (45 €) con el concepto: Campus de Tecnificación, nombre y dos apellidos en la cuenta:

La Caixa. ES11-2100-2261-52-0200139729

- La inscripción será válida en el momento de recibir la transferencia bancaria.

Aquellas jugadoras que no hayan abonado el importe el 19 de diciembre, perderán su plaza irremediablemente en el Campus y pasará su lugar a la lista de espera.

PROGRAMA

Domingo 28 de diciembre

De 10h a 14h:

Comprender el porqué de una mayor velocidad en el juego: Situaciones de juego buscando escenarios para ser usados con velocidad y precisión.

Mantener continuidad en ataque : Balón vivo , puntos de encuentro de transformación directa o rucks ultrarápidos , comprensión de los roles.

Elementos técnicos : Liberación , limpieza , pase.

Lunes 29 de diciembre

De 10h a 14h:

Creación y aprovechamiento de espacios: Ataque vertical y ataque horizontal cuando se agoten las opciones de la verticalidad (transformación directa, transformación desde el ruck).

Ocupación de los espacios libres: Circulación ofensiva, asociarse en el espacio, dar opciones al portador del balón.

Elementos técnicos : Duelos, pase plano, pase profundo, líneas de carrera .

Martes 30 de diciembre

De 10h a 14h:

Como conseguir la velocidad: Relanzar, activar el ataque, conseguir iniciativa.

Situaciones de ataque que inciden en el modo de juego: Juego desde fase estática, juego desde recepción de pie, juego desde recuperación.

Elementos técnicos : Diferentes tipos de ruck .