



RENDIMIENTO Y DESARROLLO FEDERACIÓN DE RUGBY DE MADRID

CAMPUS DE TECNIFICACIÓN DE JUGADORES (2008 – 2006) JULIO 2021

Tecnificación de jugadores. Temporada 2021 – 2022

La tecnificación de jugadores es una actividad fundamental para el desarrollo de los jugadores en su búsqueda de una mejora deportiva continua.

Trabajar de forma específica los aspectos fundamentales del juego y las técnicas básicas necesarias para poder ejecutarlos es de suma importancia para la evolución del jugador en un deporte como el rugby.

Este campus de tecnificación permitirá trabajar a los jugadores sobre todos estos aspectos, recogidos en el Plan de Formación de jugadores de la FRM.

PRIMER TURNO	Del 11 al 16 de julio
SEGUNDO TURNO	Del 18 al 23 de julio
Salida: lunes 9h00, Puerta de Hierro Llegada: sábado 17h00, Puerta de Hierro	
Sigüenza (Guadalajara)	

Número de plazas:

30 por semana

Precio de inscripción:

1 semana: 385 €

2 semanas: 700 €

(Reserva: 150 €)



Descripción

La Federación de Rugby de Madrid ofrece por primera vez un campus de tecnificación en formato de concentración, con el objetivo de que todos los jugadores participantes desarrollen habilidades y herramientas de juego, tanto a nivel técnico como táctico. Además, este campus de tecnificación busca ofrecer una experiencia en un entorno de alto rendimiento a los jugadores participantes, de forma que puedan vivir la experiencia de estar concentrado junto a otros jugadores durante 5 días.

Los contenidos a desarrollar y la metodología de entrenamiento utilizada son los recogidos en el Plan de Formación a Largo Plazo del Jugador de la FRM. Todas las actividades están diseñadas y dirigidas por los mejores entrenadores de la FRM.

Para quién es

El campus está dirigido a:

- Jugadores con licencia en la FRM.
- Nacidos en 2008, 2007 y 2006.

Requisitos de Acceso

- Realizar la inscripción en este enlace: <https://bit.ly/tecmasc>
- Abonar el importe correspondiente a la reserva: 150 € por semana reservada.
- La reserva solo se devolverá por causa mayor o suspensión de la actividad.

Competencias para desarrollar

- Destrezas básicas de duelo, pase y recepción, placaje y ruck.
- Entender el rol a ejecutar dentro de la unidad básica de ataque (UBA)
- Usar la UBA para jugar en penetración dentro de defensas.
- Usar la UBA para jugar en desplegado delante de defensas agrupadas.
- Circulación de familias de jugadores y balón en función del dispositivo defensivo.
- Entender el rol a ejecutar dentro de la unidad básica de defensa (UBD)
- Ocupar el espacio y circular en defensa e identificación y marcaje de los atacantes.
- Presión defensiva para quitar tiempo y espacio al ataque.
- Trabajo específico por puestos y posiciones.

Qué se incluye en el campus

- Transporte Madrid – Sigüenza.
- Alojamiento durante 5 noches en el Albergue Ciudad del Doncel (Sigüenza).
- Cinco comidas al día (incluye almuerzo y merienda).
- Dos sesiones de entrenamiento diarias.
- Sesiones de análisis de juego en vídeo.
- Peto de entrenamiento y camiseta de paseo.
- Piscina.
- Actividades de ocio y tiempo libre.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO		
8.00		Buenos días	Buenos días	Buenos días	Buenos días	Buenos días	8.00	
.30							.30	
9.00	Salida en bus	Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno	9.00	
.30							.30	
10.00	Viaje	Entrenamiento 2	Entrenamiento 4	EXCURSIÓN	Entrenamiento 6	Entrenamiento 8	10.00	
.30								
11.00	Llegada a Sigüenza							11.00
.30								.30
12.00	Recepción y alojamiento	Almuerzo	Almuerzo			Almuerzo	Recogida	12.00
.30								.30
13.00	Reunión inicial	Piscina	Piscina			Piscina		13.00
.30								.30
14.00	Comida	Comida	Comida			Comida	Comida	14.00
.30								.30
15.00						Salida en bus	15.00	
.30							.30	
16.00	Descanso	Descanso	Descanso		Descanso	Viaje	16.00	
.30							.30	
17.00	Sesión de Vídeo	Sesión de Vídeo	Sesión de Vídeo		Sesión de Vídeo	Llegada a Madrid	17.00	
.30							.30	
18.00	Merienda	Merienda	Merienda		Merienda		18.00	
.30							.30	
19.00	Entrenamiento 1	Entrenamiento 3	Entrenamiento 5		Entrenamiento 7		19.00	
.30							.30	
20.00	Tiempo libre	Tiempo libre	Tiempo libre	Tiempo libre	Tiempo libre		20.00	
.30							.30	
21.00	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena		21.00	
.30							.30	
22.00	Juegos de campamento	Carrera de Orientación por Sigüenza	Juegos de campamento	Juegos de campamento	Juegos de campamento		22.00	
.30							.30	
23.00	Buenas noches	Buenas noches	Buenas noches	Buenas noches	Buenas noches		23.00	
.30							.30	