

Librería
Bonilla y Asociados
desde 1950



Título: Fútbol. Programación Anual del Entrenamiento.

Autor: Marseillou, Patrice.

Precio: \$635.00

Editorial:

Año: 2007

Tema:

Edición: 1ª

Sinopsis

ISBN: 9788480199117

Este libro desarrolla una programación anual de entrenamiento para las categorías de juveniles y séniores que se estructura por ciclos técnicos y tácticas individuales y colectivas para conseguir una buena sesión. Cada sesión y cada ejercicio presentan una base de entrenamiento para que el entrenador pueda preparar el plan de entrenamiento adaptado a las necesidades de su grupo y de los objetivos marcado a largo plazo. El libro incluye, además, una preparación física integrada para toda la temporada.