



CENTRE DE FORMACIÓ PERMANENT

CIRCULAR NÚM. 35 – Març 2018

Benvolguts/des companys/es:

Com cada mes us oferim noves propostes i recursos. Per començar, uns apunts d'un curs de monitors celebrat a Ourense; ja té uns anys però podria seguir en vigència avui en dia. Dins l'apartat *Tècnica-Tàctica*, dos treballs, un referit als continguts del joc i l'altre a l'element tècnic de la finta.

Tenim l'opinió de Manolo Laguna, un "històric" de l'handbol, qui amb una sèrie de pinzellades ens aclareix moltes coses.

Un tema important dins el nostre esport és la *Preparació Física*. Aquest mes trobareu dues lectures (Escalfament i Pliometria respectivament).

Estem d'enhorabona: la web de la Federació Balear s'ha actualitzat. Ens trobareu a l'apartat ENTRENADORS i després DOCUMENTS TÈCNICS.

FORMACIÓ

- Curso de monitores de base de balonmano – Ourense (DD.AA.)

TÈCNICA - TÀCTICA

- Contenidos del juego (José Fernando Blanco)
- La finta (Gabriel Torres)

OPINIÓ

- Los consejos de... Manolo Laguna (Manuel Laguna)

PREPARACIÓ FÍSICA

- Calentamiento en balonmano (Marcelo Muñoz)
- Pliometría (DD.AA.)

CURSOS - CLÍNICS

- Programa Técnico en Dirección y Organización de Eventos Deportivos (Iesport)