



UNIÓN DEPORTIVA  
LAS PALMAS

# STAGE DE FÚTBOL

CIUDAD DEPORTIVA  
BARRANCO SECO  

---

DEL 3 AL 14 JULIO

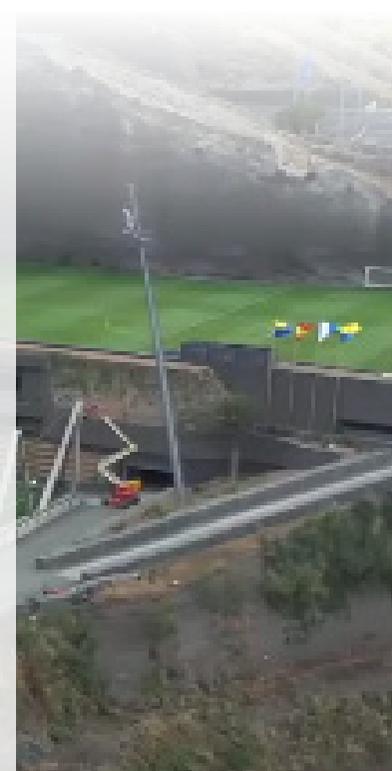
FEDERADOS NACIDOS  
EN 2008, 2009 Y 2010

# PRESENTACIÓN

La Escuela UD Las Palmas ofrece este verano el **STAGE DE FÚTBOL** para jugadores federados de entre 13 y 15 años (nac. entre 2008 y 2010), que se celebrará en la Ciudad Deportiva Barranco Seco.

El objetivo del **STAGE DE FÚTBOL** es la transmisión de conceptos de técnica colectiva y que los alumnos asimilen los movimientos tácticos del juego, siendo capaces de procesar y automatizar elementos de la técnica individual todo ello de cara a mejorar su visión de juego, pensar rápido y tomar acertadas decisiones.

Los principales objetivos técnicos de aprendizaje de este stage son la mejora en los siguientes aspectos del juego: control, regate, pase, conducción y tiro (también con la pierna no hábil), además de juego de cabeza, técnicas ofensivas, técnicas defensivas e inteligencia en el fútbol.



# CARACTERÍSTICAS

## LUGAR y HORARIOS

CIUDAD DEPORTIVA  
**BARRANCO SECO**

**del 3 al 14 julio**  
de lunes a viernes

**de 08:15h. a 13:30h.**

## EDADES

### PLAZAS LIMITADAS

máximo de 36 alumnos  
límite de inscripciones por puesto  
por riguroso orden de inscripción

**de 13 a 15 AÑOS**  
(nacidos entre el  
01/01/2008 y el 31/12/2010)

Los alumnos deben  
pertenecer a equipos  
Federados en temp. 22/23

## CONTENIDO y SERVICIOS

SESIONES ESPECÍFICAS DE PERFECCIONAMIENTO (FÚTBOL)

INFORME DE VALORACIÓN ANTROPOMÉTRICA

ELABORACIÓN DE INFORME TÉCNICO INDIVIDUAL

SESIONES DE VIDEOANÁLISIS (en tiempo real)



SESIONES DIARIAS DE IDIOMA ESPECÍFICO



DESAYUNO SALUDABLE

2 EQUIPACIONES OFICIALES UDLP (ENTRENAMIENTO)

# INSTALACIONES DEPORTIVAS

La Ciudad Deportiva Barranco Seco, donde el primer equipo desarrolla su trabajo día a día, será el escenario en donde tendrá lugar el Stage de Perfeccionamiento. Concretamente en el campo nº3. Los alumnos contarán además con el material deportivo y específico de trabajo de UD Las Palmas.



CIUDAD DEPORTIVA BARRANCO SECO

# STAFF TÉCNICO



**SANTI LEMUS**  
ENTRENADOR DE FÚTBOL  
(nivel III)

Ex-coordinador Escuela UDLP en Tenerife. Anteriormente responsable de Metodología y Desarrollo, Entrenador y Director Academia UDG Tenerife. Formación y desarrollo profesional en España, Canadá, Alemania y Países Bajos.



**DANIEL SÁNCHEZ**  
PREPARADOR FÍSICO /  
ENTRENADOR FÚTBOL  
(nivel II)

Preparador físico y Coordinador en UD Villa Santa Brígida. Anteriormente en Área de Preparación Física en Dpto. de Formación y Captación UD Las Palmas.



**HÉCTOR DUMPIÉRREZ**  
VIDEOANALISTA /  
ENTRENADOR FÚTBOL  
(nivel III)

Analista Táctico UD Villa de Santa Brígida. Experto en Big Data Aplicado al fútbol por la Univ. de Valladolid. Entrenador de fútbol UEFA PRO



**PAQUITO ORTIZ**  
FORMACIÓN /  
ENTRENADOR FÚTBOL  
(nivel III)

Ex-jugador y ex-entrenador UD Las Palmas. Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Master en Nutrición Deportiva. Responsable de Innovación y Proyectos Fundación UDLP.

# OBJETIVOS

Optimizar y aumentar el rendimiento deportivo. A través del desarrollo de los elementos técnicos y tácticos del juego, siguiendo los principios del entrenamiento estructurado.

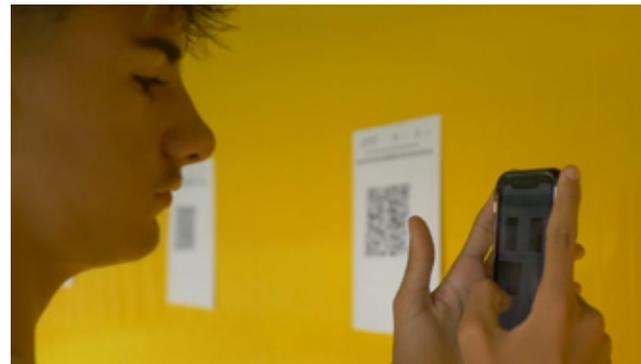
## PROGRAMACIÓN SEMANAL:

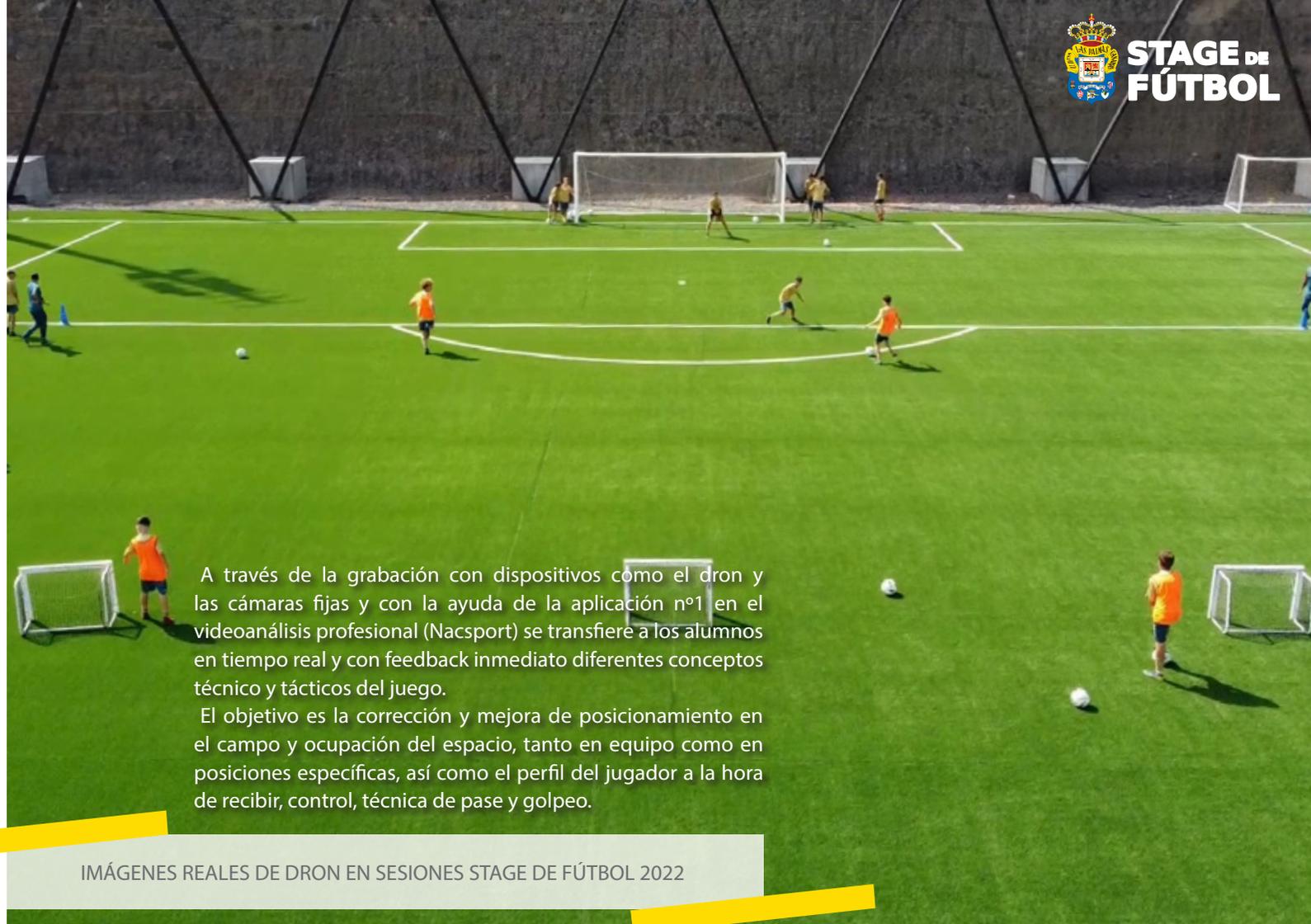
SESIONES DE TRABAJO COADYUVANTE

SESIONES DE TRABAJO OPTIMIZADOR

SESIONES TÉCNICO-TÁCTICAS DE DESARROLLO INDIVIDUAL

SESIONES FORMATIVAS - ENTRENAMIENTO INVISIBLE





A través de la grabación con dispositivos como el dron y las cámaras fijas y con la ayuda de la aplicación nº1 en el videoanálisis profesional (Nacsport) se transfirió a los alumnos en tiempo real y con feedback inmediato diferentes conceptos técnico y tácticos del juego.

El objetivo es la corrección y mejora de posicionamiento en el campo y ocupación del espacio, tanto en equipo como en posiciones específicas, así como el perfil del jugador a la hora de recibir, control, técnica de pase y golpeo.



**STAGE DE  
FÚTBOL**



IMÁGENES REALES DE DRON EN SESIONES STAGE DE FÚTBOL 2022

# METODOLOGÍA



**Entrenamiento Coadyuvante:** prepara al jugador para poder entrenar.

- A) Entrenamiento Coadyuvante Preventivo
- B) Entrenamiento Coadyuvante de Restauración
- C) Entrenamiento Coadyuvante estructural
- D) Entrenamiento Coadyuvante de cualidades específicas (desplazamiento, salto, lucha, acción con el balón, etc.).

**Entrenamiento Optimizador:** prepara para poder competir.

Basado en el diseño de tareas técnicotácticas, preparación de partido, planificación y desarrollo del microciclo estructurado.



 **STAGE DE FÚTBOL**



IMÁGENES REALES DE GIMNASIO STAGE DE FÚTBOL 2022

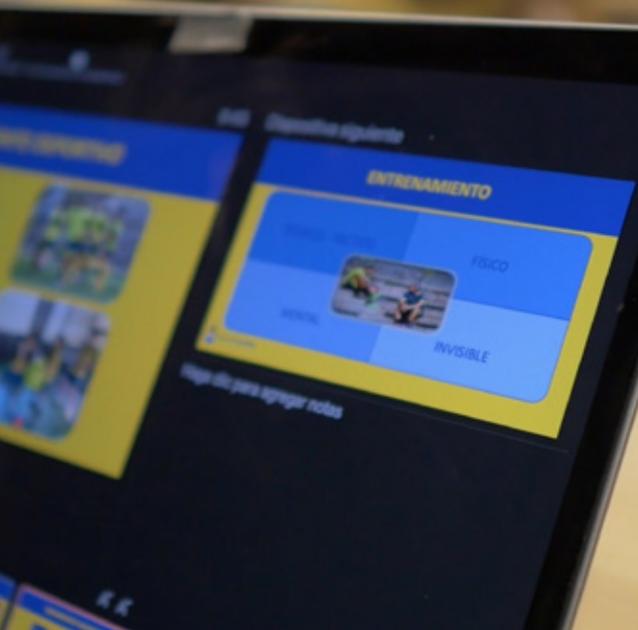
# PLAN DE TRABAJO

## HORARIO TIPO

08:15h.	Recepción de alumnos
08:30h.	 <b>SESIÓN IDIOMA ESPECÍFICO</b> 
09:30h.	<b>ACTIVACIÓN + OBJETIVOS</b> de Sesión
10:15h.	Sesión 1: <b>TRABAJO ESPECÍFICO</b>
11:15h.	Break + Tentempié
11:45h.	Sesión 2: <b>TRABAJO ESPECÍFICO</b>
12:45h.	<b>ESTIRAMIENTOS + BALANCE</b> de Sesión
13:00h.	<b>VIDEOANÁLISIS / CHARLAS</b>
13:30h.	Salida de alumnos



## FORMACIÓN



STAGE DE  
FÚTBOL



La charla de Nutrición Deportiva y Hábitos Saludables sirve para hacer hincapié en estos aspectos desde la educación, el conocimiento, la adquisición de hábitos y finalmente el rendimiento deportivo; dando importancia a estos pilares del Rendimiento Deportivo y del Entrenamiento Invisible.

Se transmite la trascendencia de formarse y dar valor a estos hábitos de manera temprana, aportando pautas específicas sobre una buena estrategia de hidratación, los hábitos alimenticios con la ingesta de proteínas, carbohidratos, grasas saludables y micronutrientes (vegetales y minerales) así como la relevancia de un buen descanso.

## IDIOMA ESPECÍFICO

### Sesiones de Idioma Específico de Fútbol y Deporte

Por espacio de 45min. diarios se impartirán sesiones de Inglés (o Español para angloparlantes) con contenido específico sobre lenguaje deportivo y más concretamente en fútbol.

Se pretende con estas sesiones despertar el interés, fomentar y enseñar conceptos de fútbol en otro idioma (táctica, técnica, business, etc.) complementando así la formación integral del futuro jugador profesional.



## NORMATIVA

Los alumnos deben acudir diariamente con una de las dos equipaciones completas que se les dará el primer día. También deben llevar una mochila con set de ducha y ropa de recambio, botas de fútbol, canilleras y zapatillas de deporte.

Se recomienda el uso de crema solar.

Queda terminantemente prohibido el uso de aparatos electrónicos como teléfonos móviles, tablets, consolas portátiles, etc.

El acceso de familiares queda restringido a los lugares que la organización indique.

Los alumnos recibirán un tentempié saludable a media mañana, pero deben acudir al Stage habiendo desayunado a primera hora.

## HORARIOS

	ENTRADA	SALIDA
CIUDAD DEPORTIVA BARRANCO SECO	<b>08:15h. a 08:30h.</b>	<b>13:30h. a 13:45h.</b>

**NOTA:** Se ruega a los familiares el máximo respeto a los horarios de entrada y salida al Stage de Fútbol, así como a los protocolos de seguridad y normas de acceso que se establezcan en su caso.

# TARIFAS / INSCRIPCIÓN

(SOLO INGRESO EN CUENTA + CORREO ELECTRÓNICO)

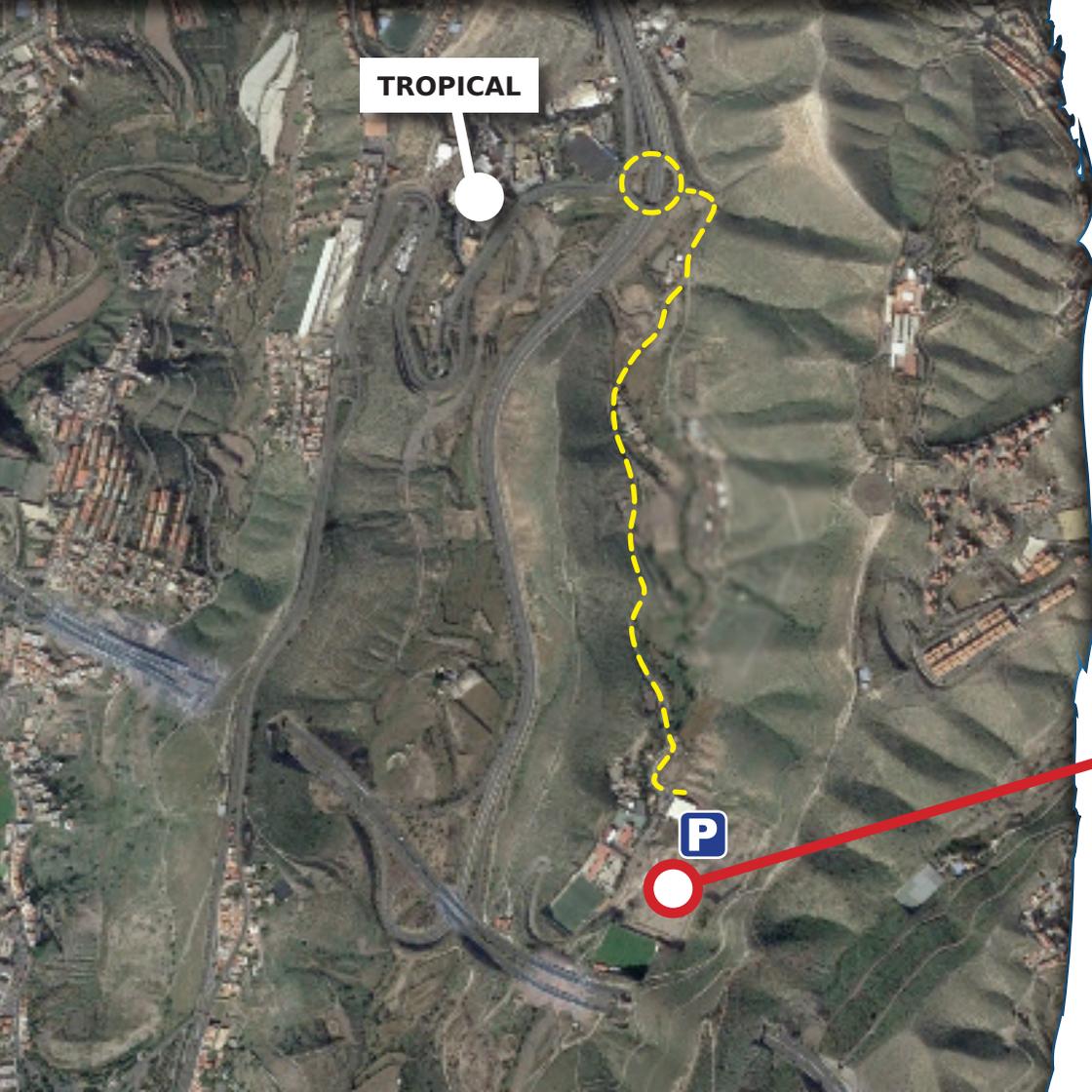
El STAGE DE FÚTBOL tiene una tarifa única de **580,00 €** por alumno (sin descuentos aplicables)

Se considera la inscripción formalizada tras el envío, por correo electrónico a: **escuelafutbol@udlaspalmas.es**, de la siguiente documentación:

- 1) **HOJA DE INSCRIPCIÓN debidamente cumplimentada,**
- 2) **fotocopia de la CARTILLA DE SEGURIDAD SOCIAL (o equivalente de seguro privado) donde aparezca el participante del Campus,**
- 3) **justificante de TRANSFERENCIA O INGRESO EN CUENTA BANCARIA (IMPORTANTE: con el nombre y apellidos del alumno/a).**

Toda la documentación se debe enviar escaneada, legible y en un mismo correo electrónico.



**TROPICAL**

## CÓMO LLEGAR

El lugar de celebración del Campus será la CIUDAD DEPORTIVA BARRANCO SECO, junto al colegio Heidelberg (Las Palmas de Gran Canaria). La dirección es Barranco Seco, CP: 35015.

Para llegar se accede con vehículo desde la carretera GC-31 o GC-5, tomando el desvío de EL SECADERO. En la rotonda se debe salir por el acceso BARRANCO SECO. Se sigue el vial hasta llegar al colegio Heidelberg, a cuya altura, en el margen izquierdo de la carretera, está el acceso a la Ciudad Deportiva Barranco Seco.

## CONTACTO

e-mail:

[escuelafutbol@udlaspalmas.es](mailto:escuelafutbol@udlaspalmas.es)

Teléfonos de Atención STAGE FÚTBOL:

**627837025**

(lunes a viernes de 09:00h. a 13:00h. y de 16:00 a 19:00h.)

**928415524**

(lunes a viernes de 09:00h. a 13:00h.)





UNIÓN DEPORTIVA  
LAS PALMAS