

JORNADA DONA I BÀDMINTON

Blanes 2024



ORGANITZADORS

La Jornada estarà organitzada per la Federació Catalana de Bàdminton, l'Associació Granollers Esportiva, el Bàdminton Club Blanes i la Federació Espanyola de Bàdminton. Juntament amb el suport del Consejo Superior de Deportes i el Consell Català de l'Esport.

DATA

Dissabte 18 de maig de 2024

HORARI

De 09:30 a 14:00h

INSTAL·LACIÓ

Pavelló de la Ciutat Esportiva de Blanes
Carrer Mas Cuní 43
17300 Blanes

EDAT

Jugadores de 8 anys en endavant

REQUISITS

Llicència Federativa en vigor de la temporada 2024

PROGRAMACIÓ de la Jornada Dona i Bàdminton 2024

09:30 h	Incorporació i presentació
09:30h a 11:30h	Sessió sobre els cops de fons de pista i xarxa
11:30h a 12:00h	Descans
12:00h a 13:30h	Sessió de dobles femení
13:30h a 14:00h	Partits amb aplicació dels continguts treballats



CONTINGUTS

Els continguts seran adaptats a cada grup segons edat i nivell:

- Cops de Fons de pista
 - Clear
 - Drop
 - Remat
 - Tècnica de desplaçament de fons
- Cops de zona de Xarxa
 - Lob defensiu
 - Lob ofensiu
 - Deixades (i variants)
 - Tècnica de desplaçament en xarxa
- Elements en el Dobles Femení
 - Tècnica de defensa en dobles
 - Posicions bàsiques d'atac i defensa
 - Rotacions de posició durant el joc
 - Punts clau en dobles femení

TÈCNICA DE LES SESSIONS

Berta Gascón

Tècnic de Nivell 1

- Els tècnics interessats en assistir per ajudar en l'activitat i poder estar presents durant les sessions i el seu desenvolupament, poden enviar un correu a fecab@badminton.cat per confirmar la seva assistència.

COORDINADOR TÈCNIC - Bernat Amaya



FULL D'INSCRIPCIÓ PER LA JORNADA DONA I BÀDMINTON BLANES 2024

Dissabte 18 de maig de 2024

Data límit d'inscripció 9 de maig de 2024!

INSCRIPCIÓ

El límit d'inscripció serà de 24 jugadores

Per realitzar la inscripció serà necessari omplir les següents dades i enviar el full a fecab@badminton.cat abans de la data límit.

Nom:	
Cognoms:	
DNI:	
Data de Naixement:	
Direcció postal:	
Població:	
Club:	
Telèfon:	
Correu electrònic:	

