



VI COACH CONVENTION 2009 Barcelona 23 – 25 Enero



PROGRAMA SÓFBOL

Viernes, 23 Enero (Sala Conferencias)

17:00 - 18:00	Inscripciones
18:00 - 18:15	Bienvenida y Presentaciones
18:15 - 19:35	Mecánica y Técnica de Picheo.
19:50 - 20:10	Fundamentos del Bateo.
20.15 – 21.10	Conceptos y Estrategias de Picheo del USA Olympic Team.

Sábado, 24 Enero (Sala Conferencias)

10:00 - 10:50	Defensiva Técnicas de Tirar y Fildear.
11:00 - 11:50	Diferentes tipos de lanzamientos y como tirarlos
12:00 - 12:50	Planificación de la Sesión de Entrenamiento.
13:00 - 13:50	Como el USA Olympic Team se prepara mentalmente para Batear y Pichear.

14:00 - 16:00 Comida

(Gimnasio)

16:00 - 16:50	Técnica y Mecánica de las jugadoras de cuadro.
17:00 - 17:50	Demostraciones Practica de la mecánica de Picheo.
18:00 - 18:50	Juego Corto. Slap. Toques de Bola, Hit&Run.

18:50 - 19:15	Descanso
19:15 - 20:05	Ejercicios de Bateo
20:15 - 21:05	Ejercicios de Picheo
21:15	Cena

Domingo, 25 Enero (Sala Conferencias)

09:00 - 09:50	Concepto del juego y dirección de Softball
10:00 - 10:50	Entrenamientos y Preparación física y técnica del Lanzador
11:00 - 11:50	Filosofía del Bateo, pensamiento técnico táctico y prácticos ajustes
12:00 - 12:50	Preguntas y Respuestas con Natasha Watley y Hector Torres sobre sus experiencias Olímpicas, Mundiales y Universidades.

(Sala Conferencias)

13:00 - 14:00 Preguntas y Sorteo / Despedida

