



## **MONOGRÀFIC: PRESSIÓ. CONCEPTES CLAU I ENTRENAMENT**

• **Resum:** Profunditzarem en els conceptes que han de dominar els nostres jugadors i equips per viure en un context de pressió avançada, coneixent els seus avantatges i inconvenients, dominar la defensa amb espais i el seu entrenament.

• **Objectius:** L'objectiu és que l'oient compregui quins beneficis i riscos comporta la pressió avançada, quins aspectes son claus a treballar per a que els equips que dirigeixin puguin conviure en aquest context i conèixer les tasques bàsiques per a treballar aquestes situacions.

• **Temari:**

- La pressió: Context.
- Conceptes tècnico-tàctics associats a la pressió alta.
- Conceptes tècnico-tàctics associats a la defensa amb espais.
- Entrenament de la pressió.
- Solucions operatives en la sortida de pilota.

• **Dades del Ponent: GERARD BERENGUER**

Titulacions:

- Grau en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport.
- Màster en Formació del Professorat. Especialitat en EF.
- Entrenador Nacional de Futbol per la RFEF

Experiència:

- Professor de l'Escola d'Entrenadors de la FCF des de Febrer de 2014
- Segon entrenador /Preparador Físic en categories Infantil i Cadet al futbol base del RCDE des d'agost del 2015.

Ha col·laborat amb:

- RCD Espanyol
- Federació Catalana de Futbol
- FC Joanenc



- **Calendari:** Dijous 14 de juliol de 2022, de 17.00h a 20.00h
- **Preu:** 25€ (20€ per afiliats al CTE – 20% dte.)
- **Modalitat:** Virtual (Zoom)
- **Idioma:** Català