



**24-28 giugno  
2024**

# **CAMP INTENSIVO UNDER 15/17**

**Alza il livello del tuo rugby!**

**Impara e allenati con gli allenatori  
della Verona Rugby Academy**

**Dedicato alle annate  
2010 - 2009 - 2008 - 2007**

**PAYANINI® CENTER**



# CAMP INTENSIVO UNDER 15/17

Un'esperienza di rugby di **alto livello** dedicata ai ragazzi nati tra il **2007 e il 2010** che verranno accompagnati in un percorso di allenamento e crescita da tutto lo staff della **Verona Rugby Academy.**

**SCOPRI IL VALORE DELLA FORMAZIONE  
DELLA VERONA RUGBY ACADEMY**

**ALLENATI CON UNO STAFF DI PROFESSIONISTI  
DI ESPERIENZA INTERNAZIONALE**

**VIVI IN UNA STRUTTURA PENSATA  
PER IL RUGBY DI MASSIMO LIVELLO**

Dedicato alle annate  
**2010 - 2009 - 2008 - 2007**

**24-28** giugno  
**2024**

# CAMP INTENSIVO UNDER 15/17

## PROGRAMMA



ORARIO	DOMENICA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
07.30 - 08.00	Colazione	Colazione	Colazione		Colazione	Colazione
08.10 - 08.30	PRIME TIME - Indoor	PRIME TIME - Indoor	PRIME TIME - Indoor		PRIME TIME - Indoor	PRIME TIME - Indoor
8.40 - 9.40	Testing Palestra	Gym circuito	Gym circuito		Velocità e agilità	Gym circuito
9.40 - 10.00	Cambio	Cambio	Cambio		Cambio	Change over
10.00 - 10.50	Skills RCA	Skills Portatore	Skills Portatore		Skills Selezione placcaggio	Skills RCA
11.00 - 11.40	Rugby giochi di Decision making	Skills Offload	Skills Offload		Connessioni in Difesa	Skills Punti d'incontro
11.50 - 12.30	Doccia	Doccia	Doccia		Doccia	Doccia
12.30 - 13.00	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Fun activity	Pranzo	Pranzo
13.00 - 14.00	Riposo	Riposo	Riposo		Riposo	Riposo
14.00 - 15.00	Workshop - Educazione preparazione fisica	Workshop - Mental Coach	Workshop - Mental Coach		Workshop Nutrizione	Video analisi
15.00 - 16.00	Skills - Ruolo specifico	Skills - Ruolo specifico	Skills - Ruolo specifico		Skills - Ruolo Specifico	Skills specifici identificati
16.00 - 16.30	Merenda	Merenda	Merenda		Merenda	Merenda
16.30 - 17.30	Avanti mischia / Tre quarti gioco al piede	Rugby giochi di Decision making	Rugby giochi di Decision making		Rugby giochi di Decision making	Rugby situazioni di gioco
17.30	Review della giornata	Review della giornata	Review della giornata		Review della giornata	Review della giornata
18.30 - 19.30	Arrivo					
19.30 - 20.30	Orientamento	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena di chiusura
20.30 - 21.30	Cena					

# UNDER 15/17 CAMP INTENSIVO

24-28 giugno  
2024



Dal 24 al 28 giugno unisciti al Camp Intensivo dedicato agli Under 15 e Under 17, al Payanini Center sarai seguito passo passo da uno staff di allenatori formato da:

**Zane Ansell:** DOR Verona Rugby - specialista difesa

**Greg Sinclair:** Skills coach del Verona Rugby e direttore della Verona Rugby Academy

**Niccolò Badocchi:** Assistant coach del Verona Rugby e coach Verona Rugby Academy - specialista touche

**Dario Chistolini** - Giocatore e allenatore del Verona Rugby First XV - specialista mischia

**Michele Corso** - Coach Verona Rugby U18 e coach accademia specialista attacco

**Rodrigo Costa** - Coach Verona Rugby U16 e coach accademia

**Riccardo Guerrieri** - Preparatore fisico Verona Rugby Academy

**Alberto Lorenzetto** - Preparatore fisico Verona Rugby Academy

# UNDER 15/17 24-28 giugno 2024 CAMP INTENSIVO



## DETTAGLI DEL CAMP INTENSIVO

### Età degli studenti:

Il camp intensivo è pensato e realizzato per giocatori nati nelle annate 2010, 2009, 2008, 2007

### Date del corso:

Dal 24 al 28 giugno 2024 (con arrivo al Payanini Center il 23 pomeriggio)

### Costi del corso:

Opzione "Residenti": € 650,00

Opzione "Non Residenti": € 450,00

### Vitto e alloggio:

Per i "Residenti" l'alloggio è assicurato all'interno del Payanini Center e i pasti saranno serviti all'interno della struttura a partire dalla cena del 23 giugno fino al pranzo del 28 giugno.

Per i "Non residenti" sono compresi i pranzi dei giorni di allenamento.

### Numeri:

Il numero dei partecipanti al camp intensivo "Residenti" è limitato a 32 atleti.

### Iscrizioni:

Per iscriversi al Verona Rugby Academy Intensive Camp basta inviare la scheda di iscrizione a [accademia@veronarugby.it](mailto:accademia@veronarugby.it).  
Chiama il +39 0458536211 per maggiori informazioni!  
Per riservare il proprio posto nel Verona Rugby Academy Intensive Camp è necessaria una **cauzione di €200.00**