

RELATÓRIO MENSAL DE ATIVIDADES

SETEMBRO

NOME	JESSICA LOURENCO	MODALIDADE	VOLEIBOL FEMININO
LOCAL	Champagnat	HORÁRIOS	SEGUNDA A SEXTA / E ALGUNS SABADOS 16:00 as 18:00

Nº DE ALUNOS/ATLETAS INSCRITOS	18
--------------------------------	----

COMENTÁRIOS TÉCNICOS



ENTAO PRIORIZAMOS AS ESPECIFICIDADES DE CADA UMA!
 NA PRIMEIRA SEMANA DE AGOSTO TREINAMOS BLOQUEIO, VOLTAMOS A
 RELEMBRAR POSICIONAMENTO DE MAOS/BRAÇOS, E PERNAS.
 NA SEGUNDA SEMANA TREINAMOS DEFESA, POSICIONAMENTO/ROLAMENTO COM
 AS PRIPRIAS MENINAS EM ATAQUE.
 TERCEIRA SEMANA PRIORIZAMOS ATAQUE DIRECIONADO
 AQUI JÁ DESCOBRIMOS OS JOGOS DO SEGUNDO TURNO.

