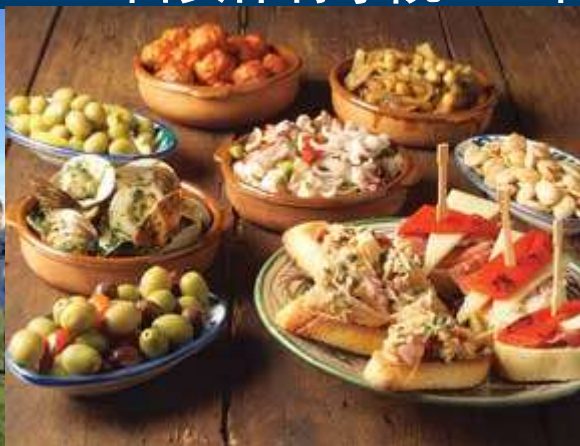


西班牙足球实践营

西安体育学院 VS 西班牙武康大学



www.ucam.edu

- ★ 知名足球俱乐部探访
- ★ 和当地小伙伴切磋球艺
- ★ 专业足球教练带队



地点：西班牙马德里、穆尔西亚

人数：15 人及以上

年龄：15+

费用：2150 欧元（使用公共交通 1800 欧元）

出行日期：7 月 14 日- 26 日

时间：2 周

费用不包往返机票、签证及旅行保险



项目特色	
营地优势	大学主办，国际氛围、热情的国际伙伴，南欧及地中海自然风光
课程特色	西甲官方合作大学出品，一流的场地及设施，最专业的足球教练，国际化的教学方式，满满的西班牙风格
深度体验	走进西班牙足球的历史与今天、体验世界闻名的足球之国西班牙的体育文化、结交国际伙伴
交通工具	往返乘坐国际航班，西班牙境内旅游巴士
精选住宿	
餐饮特色	享用西班牙特色美食
结业证书	颁发 UCAM 体育学院短训结业证书

Day 1: 班机抵达马德里，入住和休息。举行欢迎仪式。



西班牙足球协会

Day 2: 参观伯纳乌球场，在这里你可以尽情的徜徉在足球的世界里，探寻足球巨将 C 罗、齐达内的踪迹。

下午：抵达穆尔西亚

游览西班牙首都马德里，作为西班牙首都以及最大的城市，人们在马德里可以感受古典与现代的交融，这里的广场、建筑历史悠久。足球当然也是这个城市的一张名片！



皇马伯纳乌球场



马德里王宫

Day 3 上午：访问西班牙的体育大学——武康大学，以及西甲武康体育学院，您将了解这所大学在体育界的超强实力，同时还有西甲武康学院是如何给西甲和西班牙体育界培养人才的。

下午：参观 UCAM 足球队并观摩训练；专业教练将会教授足球技能和策略；

夜间：游览首府穆尔西亚市，这里温和适宜的地中海气候每年都吸引着大量的游客前来参观，当地人淳朴、热情，友善，笑脸就像当地充沛的阳光，让你得到宾至如归的体验。



历史名城卡特赫纳

Day 4

了解团队运动中的负荷监测：GPS 和惯性测量（加速度计），生物力学



西班牙武康大学



游览穆尔西亚 Murcia



参观皮纳塔尔竞技场

Day 6

上午：训练课

下午：足球比赛中的战略战术 + 怎样做赛前分析



参观 UCAM 足球队

Day 5

上午：足球训练。由我们的专业教练进行指导训练，进行技术提升训练。同时专业教练还会为您传授国际先进体育训练理念，为进一步提升球技打下坚实的理论基础。

下午：电竞课程体验，电竞的历史，起源与文化 球队的管理运营

Day 7

友谊赛：与 UCAM 青年队 A 组



UCAM 穆尔西亚足球俱乐部（UCAM Murcia CF）是西班牙穆尔西亚市的一个足球俱乐部，于 1999 年成立，球队目前于西班牙足球乙二级联赛参赛。其拥有者是西班牙武康大学。

下午：自由活动

Day 8 周日来一场有趣的彩弹游戏活动

Day 9 课程：

上午：团队体育活动的力量和体能

下午：体育品牌，体育事件与体育设施管理合作与沟通 案例学习



拉曼加体育俱乐部高水平运动中心

Day10

上午：参观【拉曼加体育俱乐部高水平运动中心】，该运动中心由武康大学建立，可供众多运动员进行训练和恢复。这里有着很多球技精湛的高水平球员，在这里你将会看到最专业运动员训练的场面；

身体恢复课程

理论与实践课程（La Manga 研究中心）案例学习

讲师（Pedro Emilio Alcaraz & Jorge Carlos Vivas）

Day 11

测试与评估：体育科学领域的身体评测

运动防护知识与技巧

Day 12

友谊赛：与 UCAM 青年队 B 组



Day 13

上午：结业仪式及 UCAM 结业证书发放
告别午餐

