



RUGBY ACADEMY

PROGRAMA DE ALTO RENDIMIENTO



Gracias por tu interés en unirse al programa del Verona Rugby Academy. A continuación encontrarás toda la información.

NOSOTROS

Verona Rugby Academy es un programa de entrenamiento de alto rendimiento de 4, 8 o 12 semanas que desarrolla talentos de todo el mundo. Estamos ubicados en Payanini Center, Verona.

Verona Rugby Academy es la primera academia independiente en Italia, abierta a atletas de todos los clubes a nivel nacional e internacional. El programa tiene como objetivo combinar la correcta filosofía agnóstica del deporte con el crecimiento humano, buscando cultivar los valores identificados en nuestros seis pilares: técnico, táctico, físico, nutricional, mental y holístico.

Cada deportista seguirá un camino personalizado en función de sus características, con el fin de trabajar analíticamente sus especificidades y ayudarles a estar preparados para el rugby profesional. El método utilizado ha sido probado durante muchos años por nuestro staff y mejorado a lo largo de los años por numerosos coaches internacionales asociados de gran prestigio.

NUESTRO STAFF

Director de la Academia

Zane Ansell

Vice Director de la Academia y Jefe de Entrenadores de Destrezas

Greg Sinclair

Entrenadores de Destrezas Específicas por Puesto

Jugadores del primer equipo de Verona rugby

Entrenadores de Backs y Ataque

Greg Sinclair and Michele Corso

Entrenadores de Defensa y Breakdown

Zane Ansell and Michele Rizzo

Entrenador Especialista en Forwards

Michele Rizzo

Preparadores Físicos

Filippo Nason y staff

Video Análisis

Sara Squassabia

Physioterapeuta

Lara Visonà

Entrenador Mental

Antonello Livrieri

Psicólogo Deportivo

Alessandro Bargnani

Nutricionista

Beatrice Dal Degan

Manager de la Academia

Michele Mortali

School Tutor Manager

Prof. Francesca Arnier



DESCRIPCIÓN GENERAL DEL PROGRAMA DE VERONA RUGBY ACADEMY

El programa de formación en Verona Rugby Academy, para cada pilar, incluye:

TÉCNICO

- Sesiones de juego
- Destrezas x puesto (gestos específicos y conocimiento táctico de un puesto)
- Destrezas básicas (tackle, correr, atrapar y pasar, portador de pelota, descarga en contacto, breakdown)
- Destrezas específicas (habilidades técnicas no específico de un rol pero común a varias posiciones)
- Informe técnico final

TÁCTICO

- Clase/Taller de comprensión táctica
- Análisis de video
- Sesiones de entrenamiento sobre: principios del juego, sistemas y estructuras de ataque y defensa, contraataque, transición y carga de patada

FÍSICO

- Gimnasio
- Velocidad, agilidad y rapidez
- Aptitud física: acondicionamiento específico de rugby
- Recuperación y movilidad
- Volver a jugar
- Informe físico final

NUTRICIONAL

- Mejora del estilo de alimentación
- Suplementación
- Nutrición para recuperación y rendimiento.
- Necesidades individuales del deportista
- Informe nutricional final

MENTAL

Las sesiones de destrezas mentales con nuestros Psicólogos deportivos incluyen:

- Establecimiento de metas
- Emociones en el deporte
- Comunicación dentro y fuera de la cancha
- Manejo de errores
- Lenguaje corporal
- Habilidades para la vida
- Técnicas de relajación

HOLÍSTICO

Taller en el aula en profundidad sobre:

- Ética de trabajo
- Valores y estándares
- Liderazgo



RUGBY ACADEMY

PROGRAMA DE ALTO RENDIMIENTO

PREDIO E INSTALACIONES

Verona Rugby Academy tiene lugar en las instalaciones de Payanini Center, Verona, un centro de entrenamiento y preparación deportivo profesional para equipos y atletas de todo el mundo.

Payanini Center es un centro de alto rendimiento con canchas de rugby y fútbol. Gimnasio de alta calidad, salas de conferencias, restaurante / bistro, oficinas y estudios médicos. Fue diseñado con el propósito de reunir a todas las personas en el mismo lugar.



COMIDAS

Tres comidas nutricionales diarias proporcionadas en el Payanini Center Club House. Las comidas son aprobadas por nuestro nutricionista con el fin de seguir la correcta nutrición deportiva durante la estadía en la Academia.



ALOJAMIENTO

Habitaciones en las instalaciones de un predio vecino, dentro del centro de alto rendimiento o alojado por una familia del Verona Rugby Academy. (1 o 2 jugadores x habitación)





INSTALACIONES DE ENTRENAMIENTO

7.500 m² de superficie

3 canchas de rugby

1 cancha de entrenamiento

1 cancha sintética descubierta

1 cancha sintética cubierta

10 vestuarios

1 Gimnasio de nivel internacional

3 salas de fisioterapia/osteópata

1 sala de conferencias con capacidad para 150 personas

1 sala de conferencias con capacidad para 50 personas

Club House y Restaurante



INDUMENTARIA

Cada jugador recibirá la siguiente indumentaria como parte del programa.

1 conjunto deportivo (pantalón y buzo)
2 camisetas de entrenamiento de manga larga
1 par de medias

2 camisetas de entrenamiento de manga corta
2 pantalones cortos de entrenamiento
1 bolso deportivo

COBERTURA MÉDICA

Todos los jugadores deben tener un seguro médico / asistencia médica cuando comience el programa. Los servicios de vendajes y fisioterapia están incluidos en el programa.





RUGBY ACADEMY

PROGRAMA DE ALTO RENDIMIENTO

4 SEMANAS

8 SEMANAS

12 SEMANAS

€ 2.800

€ 5.600

€ 8.400

EL COSTO INCLUYE

- Alojamiento con pensión completa en Payanini Center (Desayuno, almuerzo y cena)
- Seguridad las 24hs del día todos los días.
- Acceso a entrenamiento en canchas cubiertas y descubiertas
- Programa de entretenimiento
- Suplementación alimentaria
- Acceso a gimnasio de nivel internacional
- Kit de indumentaria deportiva para entrenamiento y partido
- Acceso a instalaciones de recuperación
- Fisioterapia y recuperación
- Vendajes deportivos
- Transfer in/out aeropuerto (a demanda)

NO ÍNCLUIDO

Asistencia médica/seguro

Visa (si fuese necesaria)

Tickets Aéreos

Para participar o para obtener más información, comunícate con Fernando Alcaraz a fernando@alcarazsports.com o visita nuestro sitio web en www.alcarazsports.com.
Esperamos tener noticias tuyas pronto.



PAYANINI CENTER
SPORT, BUSINESS & FUN



LEARN FROM THE BEST

www.alcarazsports.com

 [@alcarazsports](https://www.instagram.com/alcarazsports)

Via San Marco 114, Verona (Italy)
+54 911 4411 5957

accademia@veronarugby.it
fernando@alcarazsports.com

www.veronarugby.it
www.alcarazsports.com



RUGBY ACADEMY

PROGRAMA DE ALTO RENDIMIENTO

VERONA RUGBY ACADEMY ES UN PROGRAMA DE ALTO RENDIMIENTO QUE DURA 1, 2 O 3 MESES. DESARROLLANDO TALENTOS DE TODO EL MUNDO.



JUGADORES

15 A 20
AÑOS

DURACIÓN

4 / 8 / 12
SEMANAS



PAYANINI CENTER
SPORT, BUSINESS & FUN



FERNANDO ALCARAZ
REPRESENTANTE DE VENTAS
fernando@alcarazsports.com
+54 911 4411 5057
www.alcarazsports.com



LEARN
FROM
THE
BEST