

SEGONA CATALANA FEMENINA			SETEMBRE																											
CONTINGUTS			dx 31	dij 1	div2	PARTIT dium 4	dill 5	dim 6	dij 8	div 9	PARTIT dium 11	dim 13	PARTIT dij15 amistós	div16	PARTIT dium 18	dim 20	dij 22	div 23	PARTIT	dim 27	dij 29	div 30	PARTIT	dim 4	dij 6	div 7	PARTIT	dim 11		
ATAAC	NORMES	Posicionament inicial																												
		Mov. post pase interior																												
		No surt sistema / o canten 20 - B.D.																												
	MOMENTS DE JOC																													
	CONTRAAAC	Sortida carrils																												
		Velocitat de pilota																												
		Bot avançat																												
	TRANSICIÓ / ESTRUCTURA INICIAL	Arribada i col·locació																												
		BD. Central																												
		Triangulació																												
		Ocupació d'espais																												
	JOC ESTÀTIC																													
	INDIVIDUAL	JUGADA 2	B.I.																											
			Fintes de BD																											
			Mà a mà																											
			Porta enrere																											
			BD (norma no solució)																											
		JUGADA 22	B.I.																											
			Mà a mà																											
			Bloc cec																											
			Porta enrere																											
			B.D.																											
		JUGADA 33	Pase																											
			Bloc cec																											
			B.I.																											
Porta enrere																														
Passada voley																														
FONS	Porta enrere																													
	B.I.																													
ZONAL	2-3	Estructura inicial de joc o jugada 2																												
	3-2																													
TOTA LA PISTA																														
DEFENSA	Defensa camp atac	Pressió	negar 1r pase																											
			saltar i reajustar																											
	MITJA PISTA																													
	Individual	Bloqueig Directe	trap																											
Bloqueig Indirecte		iguals - canvi																												
		ext/int - pasa																												

SANT JORDI RUBI (segona) 20h

SANT QUIRZE (tercera)

ESCOLA DEL CARMEN (tercera)

SANTA PERPETUA

JOVENTUT BADALONA

SANT NICOLAU

MOLINS

