



## TRIALS EMAKUMEZKO MAILA (Femenino) - 2011

### TRIALS:

- 1) 24-09-11 En LANDARE TOKI (Hernani)
- 2) 15-10-11 En BIZKAIA, lugar a determinar
- 3) 12-11-11 Lugar a determinar

### **Para quien, como y duración:**

- Para todas las jugadoras con ficha federativa así como a los entrenadores que deseen participar
- Tipo concentración, con circuitos específicos adaptados a los puestos, y los entrenadores participantes crearán un ranking por puestos Una mañana de 10:00h. a 13:00h.

Estimadas amigas:

Por la presente invitamos a todos los ENTRENADOR@S y JUGADORAS de la categoría femenina al TRIAL que se celebrará en las Instalaciones de HERNANI:

• 24-09-11 a partir de las 10 de la mañana los entrenadores tomarán parte activa del TRIAL en la 1ª parte

### • **Programa:**

- De 10:00 a 10:30 h. reunión de entrenadores y reparto de tareas
- De 10:00 a 10:30 h. calentamiento para las jugadoras
- De 10:30 a 12:00 h. talleres específicos por puestos
- De 12:15 a 13:00 h. trabajo de conjunto (seleccionadores)

A la tarde se celebrarán los encuentros

Durante el tiempo de comida l@s entrenadores/as harán los equipos con las respectivas capitanas

**Nota:** Las jugadoras que asistan a dicho TRIAL acudirán por sus propios medios  
Un cordial saludo.

### TRIALAK:

- 1) 2011-09-24 LANDARE TOKIN (Hernani)
- 2) 2011-10-15 BIZKAIAN, zehaztu beharreko lekua.
- 3) 2011-11-12 zehaztu beharreko lekua.

### **Norentzako, modua eta iraupena:**

- Maila hontan fitxa federatiboa duten jokalariek eta parte hartu nahi duten entrenatzaileentzat.

-Kontzentrazio mota, zirkuitu espezifikoko postuetara egokituak. Parte hartzen duten entrenatzaileek postuen zerrenda bat sortuko dute.

10:00etatik 13:00etara goiz batean.

Lagun agurgarriak:

Honen bidez, kadete mailan dauden ENTRENATZAILE eta JOKALARI guztiei TRIALERA gonbidatzen zaituztegu.

HERNANIN dauden instalazioetan ospatuko dira.

• 2011-09-24an goizeko 10:00etatik aurrera entrenatzaileek TRIALaren 1.go zatian parte hartuko dute.

### • **Programa:**

- 10:00etatik 10:30etara entrenatzaileen bilera eta zereginen banaketa.
- 10:00etatik 10:30etara jokalariek entrenamendua.
- 10:30etatik 12:00etara postu bakoitzeko tailerrak.
- 12:15etatik 13:00etara taldeko lana (Aukeratzaileak).

Arratsaldean, topaketak ospatuko dira.

Bazkaltzeko orduan entrenatzaileek taldeak egingo dituzte, talde bakoitzak bere kapitainarekin.

**Oharra:** Trial hontara joandako jokalariek beraien baliabidez joan beharko dute.

Agur bero bat,

Donostia-San Sebastian, 08-09-2011

Joxe M. GALDOS ORONoz  
Director Técnico ERF/FVR Zuzendari Teknikoa



**2011ko EMAKUMEZKO EKINTZEN EGUTEGIA  
CALENDARIO ACTIVIDADES FEMENINO 2011**

1. 24-11-11 TRIAL en Landare Toki (Hernani), jornada de mañana y tarde
2. 08-10-11 TORNEO
3. 15-10-11 TRIAL en Bizkaia, jornada de mañana y tarde
4. 05-11-11 TORNEO
5. 12-11-11 TRIAL lugar a determinar, jornada de mañana y tarde
6. 18-11-11 ENTRENAMIENTO
7. 17-12-11 TORNEO
8. 03-04-12 TORNEO INTERNACIONAL DE LOS PIRINEOS

**Nota:** Los clubes que esten interesados en organizar alguna jornada de TRIALES y TORNEOS deberan comunicarlo por escrito a la Federación Vasca de Rugby, las condiciones requeridas son las siguientes:

1. Instalación
2. Servicio Medico

1. 2011-11-24 TRIALA Landare Tokin (Hernani), goiz eta arratsaldeko jardunaldia.
2. 2011-10-08 TXAPELKETA
3. 2011-10-15 Bizkaian, goiz eta arratsaldeko jardunaldia.
4. 2011-11-05 TXAPELKETA
5. 2011-11-12 TRIALA zehaztu beharreko lekua, goiz eta arratsaldeko jardunaldia
6. 2011-11-18 ENTRENAMENDUA
7. 2011-12-17 TXAPELKETA
8. 2012-04-03 PIRINEOETAKO TXAPELKETA INTERNAZIONALA

**Oharra:** TRIALAK eta TXAPELKETAK antolatzea interesatuak dauden Klub-ek Euskadiko Rugby Federaziora idatziz jakinarazi beharko dute, bete beharreko baldintzak hauek dira:

1. Instalazioak
2. Sendagile Zerbitzuak

Donostia-San Sebastian, 08-09-2011

Joxe M. GALDOS ORONoz  
Director Técnico ERF/FVR Zuzendari Teknikoa