



# ALBENTOSA FOOTBALL SCHOOL

FORMANDO Y EDUCANDO PERSONAS DESDE LA DIVERSIÓN Y LA EXIGENCIA  
CONEXIÓN ENTRE DIFERENTES CULTURAS

# INDICE

- LUGAR Y CONTACTO
- QUIÉN SOY Y QUÉ QUEREMOS
- DESCRIPCIÓN GENERAL DE LAS SESIONES Y FINALIDAD
- OPCIONES DE ENTRENAMIENTOS
- CREACIÓN DE TORNEOS Y CAMPUS
- SPONSORS

# LUGAR Y CONTACTO

- TENDREMOS 2 SEDES DISPONIBLES

1. Camp de futbol Guadassuar.  
Carrer Tarragona 3,Guadassuar
2. Camp futbol Rafelguaraf.  
Avenguda alameda 2,Rafelguara

## A. INFORMACION DE PRECIOS EN CONTACTO

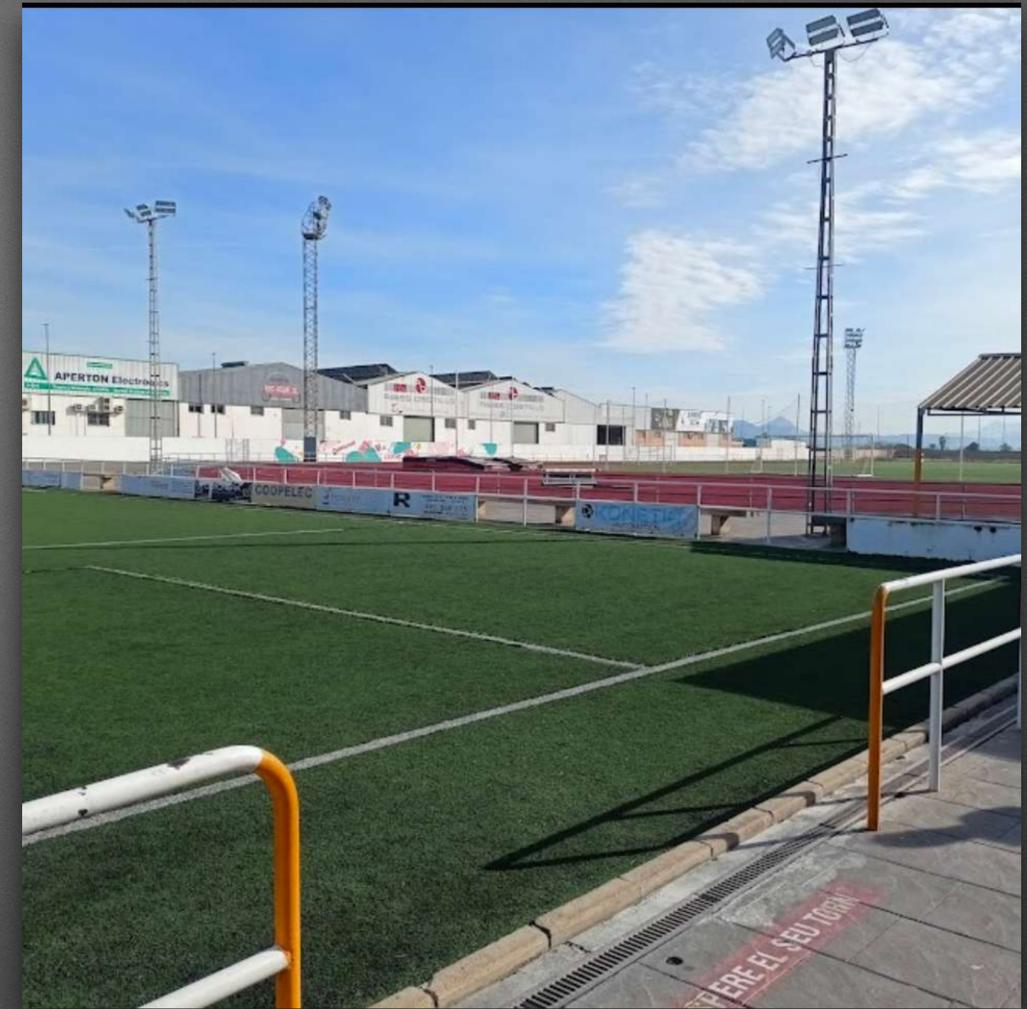
- Contacto:

**RAUL ALBENTOSA**

**619818688**

Instagram: **albentosaschool6**

[www.albentosatechnical.com](http://www.albentosatechnical.com)



# QUIÉN SOY Y QUÉ QUEREMOS

- Me llamo Raúl Albentosa y soy futbolista profesional en activo. A lo largo de mi carrera, he disputado más de 400 partidos en Primera y Segunda División de España, así como en ligas de Inglaterra, Bulgaria, Rumanía y Dinamarca. Nacido en Alzira, he complementado mi trayectoria con formación como entrenador, desarrollando una metodología innovadora para transmitir mis experiencias y aprendizajes adquiridos en cinco países diferentes.
- Mi objetivo es formar tanto a entrenadores como a jóvenes deportistas, proporcionándoles una base sólida que integre el posicionamiento en el campo, el compañerismo, el respeto y la competitividad. Todo ello, a través de una metodología que combina el aprendizaje con la práctica en entrenamientos y partidos.



# DESCRIPCIÓN GENERAL DE LAS SESIONES Y FINALIDAD

- Queremos implementar una metodología basada en las dos fases fundamentales de un partido de fútbol, optimizando el aprendizaje y la toma de decisiones en cada momento del juego:
  1. Fase ofensiva y transición Defensiva
  2. Fase defensiva y transición Ofensiva
- Comprender el rol de cada jugador según la táctica utilizada, aplicar presión en los reinicios, leer y ganar segundas jugadas, y competir más allá del resultado. Desarrollar eficiencia y eficacia en cada posición, tanto en defensa como en ataque. Dominar el espacio-tiempo adaptándose al ritmo del juego, aprender a jugar a diferentes revoluciones según la posesión del balón y orientar a los jugadores en la toma de decisiones dentro del partido.
- El objetivo será combinar entrenamientos teórico-tácticos con práctica en el campo. La sesión comenzará con 45 minutos de explicaciones y ejemplos aplicados, seguidos de 1 hora y 15 minutos de partidos entre equipos de 8 jugadores, donde se pondrán en práctica los conceptos trabajados.



# OPCIONES DE ENTRENAMIENTOS

Las primeras sesiones del proyecto se llevarán a cabo los domingos por la tarde, con una duración de 2 horas. Según la demanda, se podrán organizar uno o dos turnos adaptados a las diferentes edades de los participantes.

## Estructura de los grupos:

- **Fútbol 8:** Máximo de 32 jugadores por turno, divididos en 4 equipos de 8, que competirán simultáneamente entre sí.
- **Fútbol 11:** Máximo de 22 jugadores por turno, con 2 equipos de 11 jugadores disputando partidos completos.

## Detalles del programa:

- Edades comprendidas entre 2016 y 2010-2011.
- Entrenamientos masculinos, femeninos o mixtos según la demanda.
- Posibilidad de impartir las sesiones en inglés.
- Primeras sesiones enfocadas en evaluar el nivel de cada jugador/a.
- Entrenamientos específicos por posición, con grupos reducidos de 8 jugadores en fútbol 8 y rotación en fútbol 11 (duración: 1 hora y 15 minutos).

El objetivo es ofrecer una metodología dinámica e innovadora, combinando teoría y práctica para potenciar el desarrollo integral de cada jugador.

# Creación de torneos y campus

- Posibilidad de inscripción individual, con la opción de formar equipos al azar identificados por colores para la organización de torneos competitivos (más detalles sobre el formato se explicarán más adelante).
- Campus en periodos vacacionales (verano, Navidad y Semana Santa), con una oferta de entrenamientos más amplia y flexible. En estas ediciones, las edades de inscripción serán más variadas y las sesiones estarán enfocadas en un desarrollo global del jugador, sin una especialización tan marcada como en los entrenamientos regulares.

# Sponsors

- Posibilidad de participar en este proyecto como **sponsor** de la escuela, contribuyendo con ideas y ayudando a dar visibilidad a vuestro sector.
- Como sponsor, vuestra empresa obtendría presencia en nuestra web [www.albentosatechnical.com](http://www.albentosatechnical.com), en Instagram y, además, la opción de colocar una lona publicitaria en un terreno de propiedad con amplios muros visibles en la carretera antigua **Alzira-Carcaixent**.
- Este terreno tiene el potencial de convertirse en el futuro en un complejo de **nuevas instalaciones deportivas** dedicadas a la práctica del fútbol.