



CALENDARIO LUNES CURSO ANUAL PORTEROS LECOP 2021-2022

OCTUBRE	
FECHA	SESION
04/10/2021	Blocages 1
18/10/2021	Blocages 2
25/10/2021	Blocages 3

NOVIEMBRE	
FECHA	SESION
08/11/2021	Saques Mano 1
15/11/2021	Saques Mano 2
22/11/2021	Salidas 1x1
29/11/2021	Salidas Bajo

DICIEMBRE	
FECHA	SESION
13/12/2021	Salidas Alto
20/12/2021	Reflejo / Reacción

ENERO	
FECHA	SESION
10/01/2022	Coord. Flex y Agilidad
17/01/2022	Desvios 1
24/01/2022	Desvios 2
31/01/2022	Desvios 3

FEBRERO	
FECHA	SESION
07/02/2022	Despejes 1
14/02/2022	Despejes 2
21/02/2022	Despejes 3
28/02/2022	Estiradas 1

MARZO	
FECHA	SESION
07/03/2022	Estiradas 2
14/03/2022	Estiradas 3
21/03/2022	Colocación Portería
28/03/2022	Agarres

ABRIL	
FECHA	SESION
04/04/2022	Repaso Saques de pie
18/04/2022	Repaso Saques de mano
25/04/2022	Repaso Salidas

MAYO	
FECHA	SESION
09/05/2022	Repaso Desvios
16/05/2022	Repaso Despejes
23/05/2022	Repaso Estiradas
30/05/2022	Repaso Colocaciones