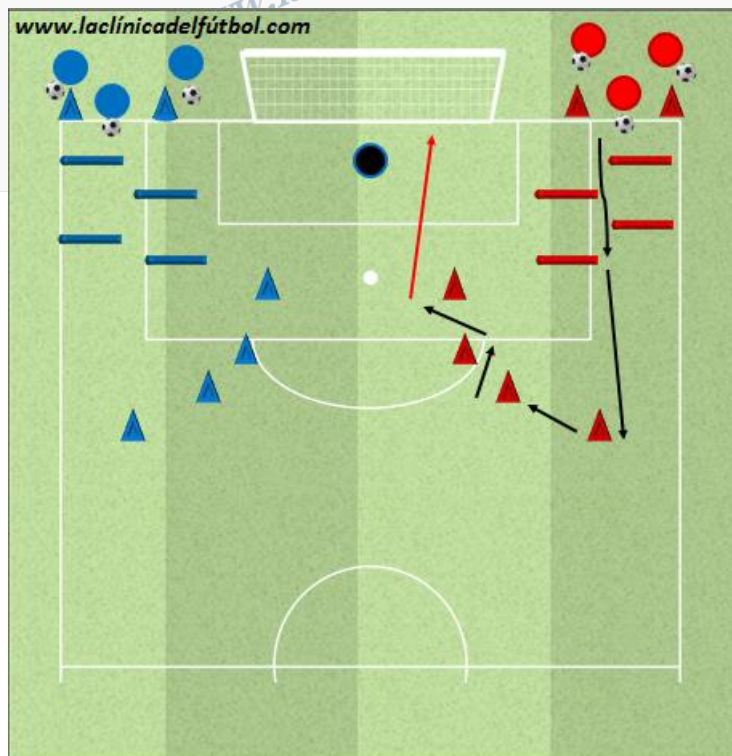


<i>Tipo</i>	<i>Dificultad</i>	<i>Intensidad</i>	<i>Tiempo de ejecución</i>
<b>Técnico con finalización</b>	<b>Baja</b>	<b>Alta</b>	<b>10-15 minutos</b>

## *Descripción*

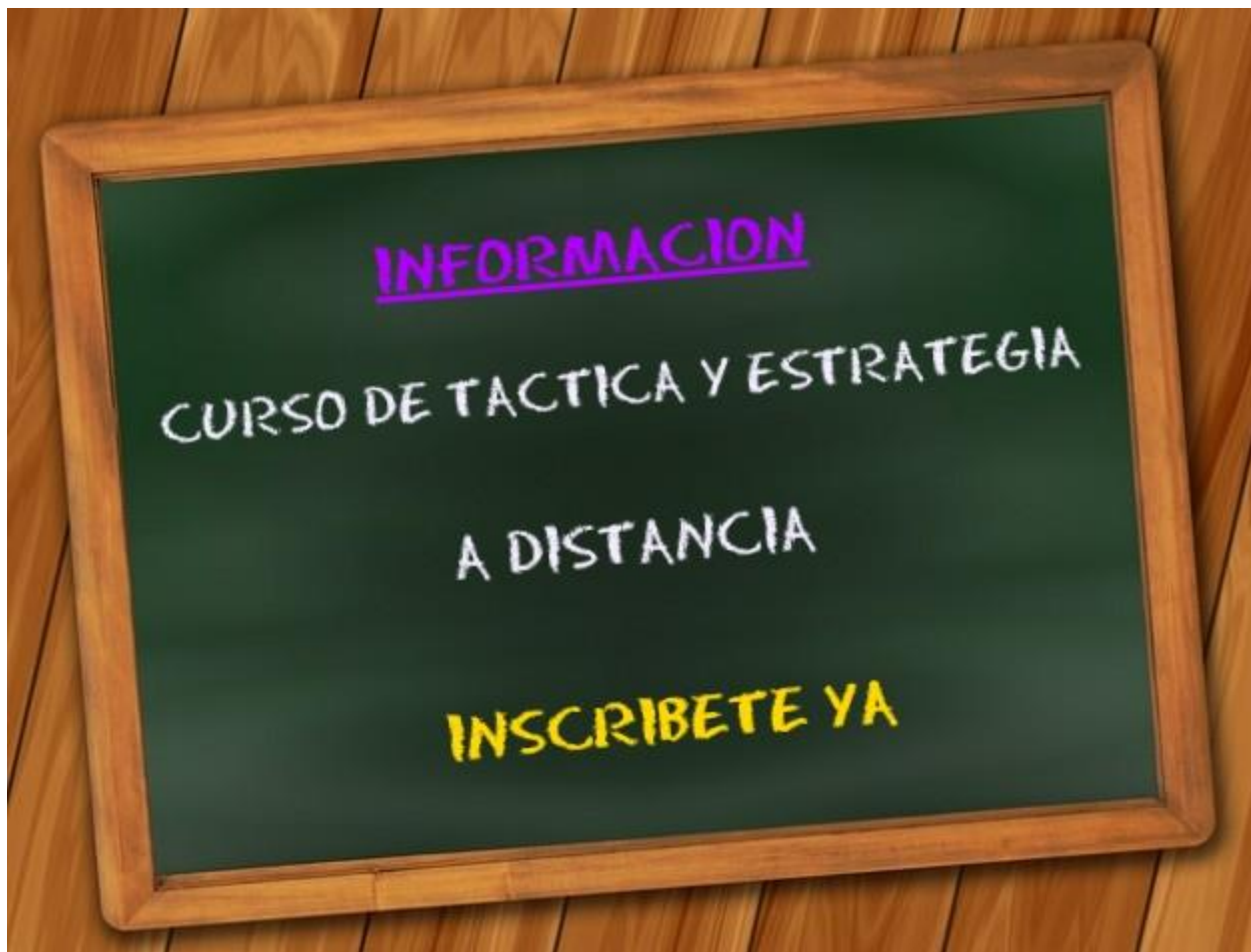
El primer jugador tendrá que salir corriendo hacia los palos que están a unos metros por delante de él, al llegar tendrá que hacer una serie de esquives entre los palos, después saldrá a una velocidad adecuada hacia el primer cono donde, tendrá que hacer la misma operación, esquivar todos los conos y rematar el ejercicio con su pierna izquierda, después de rematar recuperará el esférico y se incorporará al grupo de los jugadores azules que acabarán el ejercicio con un remate con la pierna derecha.

<i>Materiales</i>	<i>Objetivos</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>1 portería</b></li> <li>- <b>8 palos</b></li> <li>- <b>8 conos</b></li> <li>- <b>Varios balones</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Regates</b></li> <li>- <b>Remates con pierna derecha</b></li> <li>- <b>Remates con pierna izquierda</b></li> <li>- <b>Fuerza resistencia</b></li> </ul>



# LCF

## CURSO A DISTANCIA



**La Clinica del Fútbol te presenta un Curso de Táctica y Estrategia como nunca lo viste hasta ahora en Internet, en 8 lecciones afrontaremos diferentes temas.**

Este es el plan de estudios que te queremos presentar :

- Conceptos básicos del futbol (Parte 1)
- Conceptos básicos del futbol (Parte 2)
- Sistema de juego 1-3-4-3
- Sistema de juego 1-3-5-2
- Sistema de juego 1-4-2-3-1
- Sistema de juego 1-4-3-3
- Sistema de juego 1-4-4-2
- Sistema de juego 1-5-4-1
- Examen final

Al final de curso te entregamos el Certificado del curso tactica y estrategia de la Clinica del Futbol.

El coste del curso son 60 Euros/ 90 Dólares americanos / 200 Reales Brasileiros.....y de regalo te llevas el Ebook 69 + 1 ejercicio de entrenadores de la elite mundial

Que estas esperando, únete a nuestra comunidad y aprovecha esta oportunidad.