


SPORT FACTORY

BOOTCAMP · 2026

Programa Integral de Preparación Física y Técnica para Futbolistas



PRESENTACIÓN

20+ AÑOS

DE EXPERIENCIA

Sport Factory lleva más de dos décadas consolidada en Pontearreas como referente en el desarrollo físico, técnico y humano de deportistas de todos los niveles.

NUESTRO PROPÓSITO

- Mejorar el rendimiento Deportivo.
- Fomentar hábitos saludables.
- Ofrecer estructura profesional de entrenamiento.
- Transmitir disciplina, valores y trabajo en equipo

"Más de 20 años construyendo deportistas, hábitos y valores."

OBJETIVOS DEL PROGRAMA

FUERZA Y VELOCIDAD

Mejorar la fuerza, resistencia y velocidad de cada jugador.

CONDICIÓN FÍSICA

Optimizar la condición física general del futbolista.

TÉCNICA

Potenciar la técnica individual y colectiva en el campo.

PREVENCIÓN

Reducir el riesgo de lesiones con trabajo preventivo específico.

HÁBITOS Y VALORES

Fomentar disciplina, hábitos saludables y trabajo en equipo.

EN QUÉ CONSISTE

5 semanas

1 jul – 7 ago

5 días

por semana

Mañana

turno

13–19

años de edad

GRUPOS POR EDAD

13 – 14 años

Iniciación

15 – 16 años

Desarrollo

17 – 19 años

Alto Rendimiento

METODOLOGÍA DE TRABAJO

Cada sesión incluye 6 fases progresivas:

01 Calentamiento y movilidad

02 Técnica de carrera

03 Trabajo de fuerza

04 Técnica específica de fútbol

05 Trabajo metabólico

06 Vuelta a la calma

PLANIFICACIÓN SEMANAL

Semana 1

Adaptación y evaluaciones iniciales

Semana 2

Fuerza base y técnica individual

Semana 3

Velocidad y técnica colectiva

Semanas 4–6

Integración de conceptos y competición

Del 1 de julio al 7 de agosto · 5 días/semana · Turno de mañana

EQUIPO TÉCNICO

DE

David Estévez

Director Sport Factory

Máximo responsable del proyecto y de la identidad de Sport Factory. Más de 20 años liderando el centro.

VG

Víctor González

Entrenador UEFA Pro

Entrenador con la máxima titulación UEFA Pro, aportando nivel profesional al programa técnico.

FT

Francisco Tato

Lic. INEF · UEFA B

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, con titulación de entrenador UEFA B.

SEGURIDAD Y VALOR DIFERENCIAL

SEGURIDAD Y ORGANIZACIÓN

- Seguro de accidentes y responsabilidad civil.
- Supervisión constante de menores.
- Protocolos específicos frente al calor.
- Material técnico y deportivo incluido.

VALOR DIFERENCIAL

- Formación nutricional y hábitos saludables.
- Equipación oficial Sport Factory incluida.
- Jornada final con diplomas y retos deportivos.
- Posibilidad de continuidad anual en Sport Factory.

SPORT FACTORY

BOOTCAMP 2026

"Más de 20 años construyendo deportistas, hábitos y valores."

Ponteareas · 1 Julio – 7 Agosto 2026

