FEDERACIÓN GALEGA DE BALONMÁN

XUNTA DE GALICIA

SELECCIÓNS FEMININAS

DEPORTE GALEGO

CONSELLO GALEGO · CONSELO GALEGO

PLANIFICACIÓN SELECCIÓN XUVENIL

	L	M	X	J	V	S	D	SESIONES	Nº XOG	OBSERVACIÓNS
AGOSTO	29	30	31	1	2	1	2			
	3	4	5	6	7	8	9			
	10	11	12	13	14	15	16	1 SESIÓN		
	17	18	19	20	21	22	23	1 SESIÓN		
	24	25	26	27	28	29	30			
SETEMBRO	31	1	2	3	4	5	6	2 SESIONES		1 Comida
	7	8	9	10	11	12	13	1 SESIÓN		
	14	15	16	17	18	19	20	4 SESIONES		Concentración (1 Noite)
	21	22	23	24	25	26	27	OBSERVACIÓN PLAYOFF		
OUTUBRO	28	29	30	1	2	3	4			
	5	6	7	8	9	10	11			
	12	13	14	15	16	17	18	2 SESIONES		1 Comida
	19	20	21	22	23	24	25			
NOVEMBRO	26	27	28	29	30	31	1	TORNEO		
	2	3	4	5	6	7	8			
	9	10	11	12	13	14	15			
	16	17	18	19	20	21	22	1 SESIÓN		
	23	24	25	26	27	28	29	1 SESIÓN		
DECEMBRO	30	1	2	3	4	5	6	3 SESIONES + PARTIDO		Concentración (2 Noites)
	7	8	9	10	11	12	13			
	14	15	16	17	18	19	20	TORNEO		
	21	22	23	24	25	26	27	4 SESIONES		Concentración (1 Noite)
XANEIRO	28	29	30	31	1	2	3	CESA 2027		
	4	5	6	7	8	9	10			
								20 SESIONES		

PLANIFICACIÓN SELECCIÓN CADETE

	L	M	X	J	V	S	D	PARTIDO	Nº XOG	OBSERVACIÓNS
AGOSTO	29	30	31	1	2	1	2			
	3	4	5	6	7	8	9			
	10	11	12	13	14	15	16	1 SESIÓN		
	17	18	19	20	21	22	23	1 SESIÓN		
	24	25	26	27	28	29	30			
SETEMBRO	31	1	2	3	4	5	6	2 SESIONES		1 Comida
	7	8	9	10	11	12	13	1 SESIÓN		
	14	15	16	17	18	19	20	2 SESIONES		1 Comida
	21	22	23	24	25	26	27			
OUTUBRO	28	29	30	1	2	3	4	OBSERVACIÓN PLAYOFF		
	5	6	7	8	9	10	11			
	12	13	14	15	16	17	18	2 SESIONES		1 Comida
	19	20	21	22	23	24	25	1 SESIÓN		
NOVEMBRO	26	27	28	29	30	31	1	3 SESIONES + TORNEO		Concentración (2 Noites)
	2	3	4	5	6	7	8			
	9	10	11	12	13	14	15	1 SESIÓN		
	16	17	18	19	20	21	22			
	23	24	25	26	27	28	29	1 SESIÓN		
DECEMBRO	30	1	2	3	4	5	6	7 SESIONES		Concentración (3 Noites)
	7	8	9	10	11	12	13			
	14	15	16	17	18	19	20	TORNEO		
	21	22	23	24	25	26	27	4 SESIONES		Concentración (1 Noite)
XANEIRO	28	29	30	31	1	2	3	CESA 2027		
	4	5	6	7	8	9	10			
								26 SESIONES		

PLANIFICACIÓN SELECCIÓN INFANTIL

	L	M	X	J	V	S	D	PARTIDO	Nº XOG	OBSERVACIÓNS
AGOSTO	29	30	31	1	2	1	2			
	3	4	5	6	7	8	9			
	10	11	12	13	14	15	16	2 SESIONES		1 Comida
	17	18	19	20	21	22	23	1 SESIÓN		
	24	25	26	27	28	29	30			
SETEMBRO	31	1	2	3	4	5	6	2 SESIONES		1 Comida
	7	8	9	10	11	12	13	1 SESIÓN		
	14	15	16	17	18	19	20	2 SESIONES		1 Comida
	21	22	23	24	25	26	27	OBSERVACIÓN PLAYOFF		
OUTUBRO	28	29	30	1	2	3	4			
	5	6	7	8	9	10	11			
	12	13	14	15	16	17	18	2 SESIONES		1 Comida
	19	20	21	22	23	24	25	1 SESIÓN		
NOVEMBRO	26	27	28	29	30	31	1	3 SESIONES + TORNEO		Concentración (2 Noites)
	2	3	4	5	6	7	8			
	9	10	11	12	13	14	15	1 SESIÓN		
	16	17	18	19	20	21	22			
	23	24	25	26	27	28	29	1 SESIÓN		
DECEMBRO	30	1	2	3	4	5	6	7 SESIONES		Concentración (3 Noites)
	7	8	9	10	11	12	13			
	14	15	16	17	18	19	20	TORNEO		
	21	22	23	24	25	26	27	4 SESIONES		Concentración (1 Noite)
XANEIRO	28	29	30	31	1	2	3	CESA 2027		
	4	5	6	7	8	9	10			
								27 SESIONES		

1 SESION
DOBLE SESION (1 COMIDA)
CONCENTRACION (1 NOITE)
TORNEO
CESA 2027