

ZELKKO OBRADOVIC				
FEBRER				
LLIÇONS	DIMARTS	LLIÇONS	DIJOUS	
	16		18	
L01	Construcció d'un equip	L02	Pretemporada	
	23		25	
L03	Exemples entrenament	L04	Defensa. Conceptes bàsics 1	
MARS				
LLIÇONS	DIMARTS	LLIÇONS	DIJOUS	
	2		4	
DESCANS		DESCANS		
	9		11	
L05	Defensa. Conceptes bàsics 2	L06	Defensa d'equip 1	
	16		18	
L07	Defensa d'equip 2	L08	Defensa bloqueig directe	
	23		25	
L09	Contraatac	L10	Transició	
	30			
DESCANS		DESCANS		
ABRIL				
LLIÇONS	DIMARTS	LLIÇONS	DIJOUS	
	6		8	
L11	Atac - Conceptes 1	L12	Atac - Conceptes 2	
	13		15	
L13	Bloqueigs indirectes	L14	Joc amb el pal baix	
	20		22	
L15	Atac - Bloqueig directe	L16	Temps de joc	
	27		29	
DESCANS		DESCANS		
MAIG				
LLIÇONS	DIMARTS	LLIÇONS	DIJOUS	
	4		6	
L17	Entrenaments de temporada	L18	Defensa en zona	
	11		13	
L19	Atac contra zona	L20	Scouting d'equip	
	18		20	
L21	Scouting Rival		Scouting Jugadors	
	25		27	
DESCANS		DESCANS		
JUNY				
LLIÇONS	DIMARTS	LLIÇONS	DIJOUS	
	1		3	
L22	Post temporada	L23	Preparació Física	
	8		10	
	14		16	
DESCANS		DESCANS		
				23 / 26 BARCELONA SESSIÓ FINAL