



# GUIDA PRATICA AL TORINO CAMP 2025

# Indice

1. Le location
2. Servizi
3. Quote d'iscrizione e sconti
4. Programma di allenamento
5. Giornata tipo e Contatti

[!\[\]\(3dfb8d66e81160ad61421a3452093d1b\_img.jpg\) TORNA ALLA PAGINA DEL CAMP](#)





# Le location

## Un'estate per metterti alla prova con una realtà PRO



### LA THUILE (AO)

Tra le magnifiche montagne della Val d'Aosta coi nostri camp residenziali: aria pulita, clima fresco e divertimento non-stop.

Abbiamo selezionato il **TH La Thuile – Planibel Hotel & Residence**, che dispone di camere in stile alpino dotate di ogni comfort.

Le sistemazioni includono camere triple e quaduple.

Il soggiorno prevede il trattamento in formula pensione completa



TURNO 1: dom 15/06 – sab 21/06  
TURNO 2: dom 29/06 – sab 05/07



### MILANO

I camp diurni si svolgeranno come sempre a Milano, ogni settimana da lunedì a venerdì da mattina a metà pomeriggio + sabato mattina, offrendo un'esperienza intensiva e coinvolgente, con allenamenti pensati per stimolare la crescita e il divertimento dei partecipanti.

All'interno della quota di iscrizione è compreso il pranzo (primo, secondo e contorno, pane e acqua, dessert) e la merenda di fine giornata



TURNO 1: lun 09/06 – sab 14/06  
TURNO 2: lun 07/07 – sab 12/07



[TORNA ALLA PAGINA DEL CAMP](#)

# La Thuile

## Hotel 4 stelle TH Planibel e centro sportivo



# Servizi inclusi

## Nessun costo nascosto



La Thuile



Milano

★ Convenzione Estate INPSieme	✓	✓
Pensione completa	✓	⊘
Solo pranzo e merenda	⊘	✓
Kit allenamento x2	✓	✓
2 allenamenti al giorno	✓	✓
Staff Tecnico certificato UEFA	✓	✓
★ Presenza Staff Tecnico Torino FC	✓	⊘
★ Vinci un'esperienza di allenamento con il Torino FC	✓	⊘
★ Vinci ingresso in campo con il Torino	✓	✓
Vinci biglietti omaggio match Serie A del Torino	✓	✓
Certificato di partecipazione	✓	⊘
Comunicazione quotidiana aggiornamenti	✓	⊘
Medaglie di partecipazione	✓	✓
Assicurazione sportiva	✓	✓
★ Assicurazione RCT	✓	⊘
Lavanderia	✓	⊘
Supporto fisioterapico 24/7	✓	⊘
Servizio di sorveglianza e assistenza notturna	✓	⊘



### Serve un passaggio?

Se non potrai venire a La Thuile in autonomia conta pure su di noi! La quota trasporto **non è inclusa** nelle quote di iscrizione riportate sopra.

Partenza e ritorno da Milano

Sola Andata o solo Ritorno: 60€ // Andata + Ritorno: 100€



# Quote d'iscrizione, ma soprattutto... sconti

Al prezzo di partenza potrai applicare una serie di **sconti cumulabili fino al 40%** per ottenere la tua esperienza a un prezzo imbattibile! A tua disposizione:

- SCONTO PRENOTAZIONE ANTICIPATA  
-20% su tutto il listino fino al 15 marzo
- SCONTO FRATELLI E SORELLE  
-5% su ciascun partecipante della famiglia
- SCONTO PORTA UN AMICO/A  
chi trova un amico trova un tesoro, per davvero! Un ulteriore -5% per ogni persona che porti al mai tesserata con noi in precedenza



Vuoi metterti al riparo da ogni rischio di non poter partecipare? Attiva l'opzione di **CANCELLAZIONE GRATUITA** per ottenere un rimborso completo (+10% sul tuo totale). Viceversa in caso di annullamento la quota già versata non sarà rimborsabile

 LA THUILE	PREZZO INIZIALE	PRENOTAZIONE FINO AL 15 MARZO	FRATELLI E SORELLE	PORTA UN AMICO
1 settimana	<del>900€</del>	720€ <b>sconto 20%</b>	<b>sconto 5%</b> per ogni fratello/sorella	<b>sconto 5%</b> per ogni amico/a portato/a
2 settimane	<del>810€</del>	648€ <b>sconto 28%</b>	<b>sconto 5%</b> per ogni fratello/sorella	<b>sconto 5%</b> per ogni amico/a portato/a

I prezzi e gli sconti sono espressi a testa a settimana

 MILANO	PREZZO INIZIALE	PRENOTAZIONE FINO AL 15 MARZO	FRATELLI E SORELLE	PORTA UN AMICO
1 settimana	<del>330€</del>	264€ <b>sconto 20%</b>	<b>sconto 5%</b> per ogni fratello/sorella	<b>sconto 5%</b> per ogni amico/a portato/a
2 settimane	<del>297€</del>	238€ <b>sconto 28%</b>	<b>sconto 5%</b> per ogni fratello/sorella	<b>sconto 5%</b> per ogni amico/a portato/a

I prezzi e gli sconti sono espressi a testa a settimana

# Il programma di allenamento Giocatori di movimento



GIORNO	TEMA	MATTINA	POMERIGGIO
Lunedì	Il rapporto io e la palla	<b><u>Test match e data analysis</u></b> identificazione di punti di forza e aree di miglioramento di ciascun atleta attraverso raccolta dati individuale	<b><u>Gestione della pressione</u></b> esercitazioni su situazioni di inferiorità numerica per stimolare coraggio, creatività e migliorare la gestione emotiva sotto stress
Martedì	Collaborazione con i compagni	<b><u>2V1</u></b> analisi delle collaborazioni semplici studiando i movimenti chiave per la risoluzione delle situazioni sfruttando conduzioni solitarie o trasmissioni efficaci.	<b><u>3V2</u></b> analisi delle collaborazioni complesse nella superiorità numerica. Come la tattica individuale supporta il gioco di squadra: ampiezza, tagli e sovrapposizioni.
Mercoledì	Progressioni offensive	<b><u>Principi di possesso</u></b> gestione del pallone attraverso i <i>rondos</i> , impiego di jolly per cercare i mezzi spazi per gestione del gioco e cambi di ritmo improvvisi	<b><u>Pressione uomo-vs-uomo</u></b> stimolare la reattività nel recupero della palla durante la transizione negativa, enfatizzando l'importanza del duello nel settore giovanile
Giovedì	Finalizzazione	<b><u>Finalizzazione in pressione</u></b> allenamento sulla capacità di mirare e prendere decisioni rapide in area di rigore, con un focus sulla conclusione in "un tempo e mezzo"	<b>Relax</b>
Venerdì	Tornei	<b>Tornei 1V1</b>	<b>Tornei 2V2</b>
Sabato	ShowTime	Test match e rilevazione finale dati	

# Il programma di allenamento Portieri



GIORNO	TEMA	MATTINA	POMERIGGIO
Lunedì	Fondamentali di base	<b><u>Tecniche di presa</u></b> raccolta, presa alla figura, presa a terra (con attrezzi o palloni di diverse dimensioni). Posizionamento tra i pali e gestione delle traiettorie.	<b><u>Tuffi radenti e mezza altezza</u></b> tecnica corretta per la caduta e la protezione del pallone. Tecnica di rialzata su parate con palloni ravvicinati.
Martedì	Reattività e rilancio	<b><u>Doppio intervento</u></b> deviazione su primo tiro e rialzata rapida per un secondo intervento. Parate su conclusioni dal limite.	<b><u>Trasmissione manuale</u></b> ripartenza veloce e precisa verso bersagli. Collaborazione con i compagni per <b>rilanci strategici</b> .
Mercoledì	Uscite 1V1	<b><u>Uscite basse</u></b> anticipi e muri su palloni filtranti, timing corretto e coraggio nell'uscire	<b><u>Situazionale con la squadra</u></b> lavoro con difensori per simulare situazioni di 1 contro 1. Situazioni di tiro rapido su ribattuta.
Giovedì	Portiere moderno	<b><u>Trasmissioni podaliche</u></b> passaggi corti e lunghi con entrambi i piedi e comunicazione con i compagni.	Relax
Venerdì	Tornei	<b>Tornei 1V1</b>	<b>Tornei 2V2</b>
Sabato	ShowTime	Test match e rilevazione finale dati	



**TORNA ALLA PAGINA DEL CAMP**



# La Giornata Tipo

## La Thuile e Milano



### LA THUILE

7:30	sveglia
8:00	colazione
9:45	inizio primo allenamento
12:45	pranzo
14:00	relax e tempo libero
15:00	inizio secondo allenamento
17:15	debrief e fine allenamento
18:00	doccia e attività di gruppo
20:00	cena
21:00	attività di gruppo
22:00	rientro in camera



### MILANO

8:30	accoglienza al centro sportivo
9:45	inizio primo allenamento
12:45	pranzo
14:00	relax e tempo libero
15:00	inizio secondo allenamento
17:15	debrief e merenda
17:40	doccia

## Hai qualche dubbio?

Sentiamoci senza impegno per fare due chiacchiere!  
[info@smartgoalacademy.com](mailto:info@smartgoalacademy.com)



Scrivici su whatsapp



Chiamaci



**TORNA ALLA PAGINA DEL CAMP**