



IMG ACADEMY

CAMPAMENTO DE FÚTBOL AMERICANO

DESGLOSE DEL CAMPAMENTO

- Agrupados por posición primero, luego por edad.
- Formación sin contacto, entrenamiento específico en la posición. DEBE hacer la posición ofensiva y defensiva todos los días.
- Los QB son la única posición que no tiene que hacer Defensa también.
- Los campistas serán introducidos al entrenamiento específico de posición, así como a las estrategias y tácticas que han impulsado a los atletas a los niveles más altos del juego.
- La instrucción incorpora ejercicios en grupos pequeños, entrenamiento estratégico guiado y análisis de video para desglosar la técnica. Todos los campistas de fútbol recibirán un informe de análisis posterior al campamento que incluye comentarios del entrenador y conclusiones.
- Entrenamientos dirigidos por exjugadores y entrenadores de la NFL y universitarios.

FORMACION PARA CADA POSICION Y HABILIDAD

Dependiendo de tu posición, estas son algunas de las habilidades que aprenderás de nuestros expertos entrenadores:

- **QUARTERBACKS:** Trabajo de pies, mecánica adecuada, cómo leer cada tipo de cobertura, Arc 'n Pace correcto, planificación de jugadas y aprendizaje de un libro de jugadas.
- **LÍNEAS OFENSIVAS Y DEFENSIVAS:** Fundamentos y técnicas correctas de postura, bloqueo de carrera, protección de pase, bloqueos combinados, habilidad en la carrera de pases, control de espacios y *tackling*.
- **DEFENSIVE BACKS & LINEBACKERS:** Juego de pies, habilidades con el balón, *tackling*, *blitzing*, lecturas previas a la jugada, hombre a hombre y técnicas de cobertura zonal.
- **RECEPTORES LATERALES & EXTREMOS RECTOS:** Alineación, pasos/profundidad en rutas individuales y combinadas, habilidades de recepción de pases y liberación fuera de la línea de scrimmage.
- **RUNNING BACKS:** Seguridad con el balón, trabajo de pies, bloqueos, carreras, lecturas previas a la jugada, captación de *blitz* y habilidad para atrapar pases.

IMG ACADEMY

CAMPAMENTO DE FÚTBOL AMERICANO

IMG ACADEMY CAMP

Proporción de jugadores por entrenador de 10:1

- Incluye 2 sesiones de fútbol con 4 horas de entrenamiento al día:
 - AM: Ofensa.
 - PM: Defensa.
 - O viceversa.
- 1 hora de APD (desarrollo personal y deportivo); 4 días a la semana.
 - 3 sesiones de fuerza y acondicionamiento y 1 sesión de fortaleza mental por semana.
- Los campistas compiten en torneos de 7 contra 7 la mayoría de las tardes (solo verano).

TOTAL ATHLETE (TA)

IMG Academy Camp + 1 hora adicional de entrenamiento especializado - 5 días a la semana.

- Puede escoger una especialización por semana; vea la lista a continuación:
 - Velocidad/Agilidad.*
 - *Posibilidad de entrenar por la mañana de 7am a 8am.*
 - Fuerza/Potencia.*
 - *Posibilidad de entrenar por la mañana de 7am a 8am.*
 - Mental/Visión.*
 - Comunicación y Liderazgo.*
 - Recovery+ (incluye orientación en nutrición).*
 - Evaluación del deportista y prevención de lesiones (ofrecido por personal de John Hopkins Hospital).*
 - English as a Second Language (ESL) – **NO SE OFRECE EN VERANO.**

* Specialty recommended for sport.

BREAKTHROUGH (BT)

IMG Academy Camp + 1 hora de entrenamiento personalizado / en grupo reducido - 4 días a la semana.

- **Ratio jugador/entrenador 4:1.**
- Entrenamiento específico de posición dentro del ataque o defensa.
 - Sólo se puede elegir 1 posición por semana.
 - Tendrá 30 minutos en video y 30 minutos de entrenamiento.
 - Video de entrenamiento general, no video individual de ellos mismos.
- Enfoque individual del deportista.
 - Trabajo de posición, táctica, estrategia u otros componentes del juego del deportista.
- Entrenamientos progresivos.
 - Ejercicios y entrenamientos personalizados basados en el rendimiento del atleta en sesiones grupales IMG Camp + 1 hora de entrenamiento personalizado / en grupo reducido - 4 días a la semana.



IMG ACADEMY

CAMPAMENTO DE FÚTBOL AMERICANO

GAME CHANGER (GC)

IMG Academy Camp + Breakthrough + Total Athlete.

- La mejor experiencia de capacitación: la experiencia de capacitación más completa.

CAMPAMENTO DE 1 SEMANA VS DE 3 SEMANAS

- Los campistas de 1 semana y los de 3 semanas están agrupados juntos.
- Serán separados primero por posición y luego por edad.

 [POV: IMG Academy Camper](#)

 [Campus Tour | IMG Academy Football All-Access](#)

 [Campus Tour | IMG Academy Performance & Sports Science Center All-Access](#)

 [Campus Tour | IMG Academy Dorms & Recreational Area All-Access](#)



IMG ACADEMY

CAMPAMENTO DE FÚTBOL AMERICANO

FECHAS DISPONIBLES

PRIMAVERA 2025

PRESIDENTS WEEK	FEB/16/2025	FEB/22/2025
CAMPAMENTO SEMANAL DE VACACIONES DE PRIMAVERA	MAR/2/2025	ABR/5/2025
CAMPAMENTO ESPECIALIZADO 3 DÍAS (OL/DL)	ENE/17/2025	ENE/19/2025
CAMPAMENTO ESPECIALIZADO 3 DÍAS (OL/DL)	MAR/28/2025	MAR/30/2025

VERANO 2024

SEMANAL		
CAMPAMENTO SEMANAL DE VERANO	JUN/1/2025	8/2/2025

PROGRAMA DE 3 SEMANAS		
3 SEMANAS SESIÓN 1	JUN/8/2025	JUN/28/2025
3 SEMANAS SESIÓN 2	JUN/29/2025	JUL/19/2025

[PARA MAS INFORMACION](#)

EDADES PERMITIDAS

HOLIDAY

IMG CAMP: 10+
TOTAL ATHLETE: 12+
BREAKTHROUGH: 11+
GAME CHANGER: 12+

PRIMAVERA

IMG CAMP: 10+
TOTAL ATHLETE: 12+
BREAKTHROUGH: 11+
GAME CHANGER: 12+

VERANO

IMG CAMP: 10+
TOTAL ATHLETE: 11+
BREAKTHROUGH: 11+
GAME CHANGER: 11+

