



Asociación de Hockey Litoral

SELECCIONADOS 2018 -16

24 de Mayo

SUB 14 DAMAS:

- LUNES 28/05 – 14:30 HS - ESTADIO MUNDIALISTA
- MIERCOLES 31/05 – 14:30 HS – UNIVERSITARIO
- DOMINGO 03/06 – PARTIDO VS MARISTAS DE MENDOZA.
(HORARIO A CONFIRMAR - 11 HS APROXIMADAMENTE)

Lista Sub 14 Damas			
1	BALDELOMAR JULIA	GK	UNI
2	MORENO PILAR	GK	GER
3	AGOSTINI GIMENA	GK	PROVIN
4	CALDANI, MARIA	DEFENSA	AT DEL ROSARIO
5	MARTINELLI, PILAR	DEFENSA	JCR
6	TOLESCO, MARGARITA	DEFENSA	UNI
7	PALPACELI, ANTONELA	DEFENSA	NOB
8	BONGIORNO, CORA	VOLANTE	JCR
9	PAVAN, FRANCISCA	VOLANTE	JCR
10	PERSOGLIA, DELFINA	VOLANTE	UNI
11	RICCOMI, VICTORIA	VOLANTE	JCR
12	GIOIOSA, VALENTINA	VOLANTE	GER
13	BERTONE, BIANCA	VOLANTE	UNI
14	ELIZALDE, MAITE	VOLANTE	AT DEL ROSARIO
15	D'AGOSTINO, PIA	ATACANTE	AT DEL ROSARIO
16	ENSINCK, SARA	ATACANTE	GER
17	MAROTTA, LUISINA	ATACANTE	DRC
18	LASPINA, MILAGROS	VOLANTE	JCR
19	CASIELLO, PILAR	VOLANTE	JCR
20	BISCONTI, EMILIA	ATACANTE	ORC
21	DENI, JUANA	ATACANTE	UNI

DT Charlie Young: charliehockey@hotmail.com

PF Jorge Lucero Eserverri: coquilucero@hotmail.com



Asociación de Hockey Litoral

SELECCIONADOS 2018 -16

24 de Mayo

SUB 16 DAMAS

- LUNES 28/05 – DE 15:30 A 17:30 HS – UNIVERSITARIO

- MIERCOLES 30/05 – DE 16 A 18 HS – ESTADIO MUNDIALISTA

**DOMINGO 03/06 – 13 HS – AMISTOSO VS MARISTA DE MENDOZA
LAS JUGADORAS DEBERÁN ESTAR A LAS 12HS EN EL ESTADIO
INDUMENTARIA A CONFIRMAR.**

**A PARTIR DE ESA SEMANA, SE AGREGARÁN LOS DÍAS DOMINGO COMO
ESTÍMULO EXTRA HASTA EL CAMPEONATO REGIONAL**

**- LUNES 04/06: DE 15:30 A 17:30HS – UNIVERSITARIO
ENTRENAMIENTO JUGADAS FIJAS (BAJA INTENSIDAD)**

SUB 16 DAMAS	
FONTANA, LARA	CAP
JOLLY, AGUSTINA	JCR
BONFIGLIO, CANDELA	DRC
GRASSELINI, ANA	JCR
MARTIN, ANA	CAR
LABRUNA GUIU TRINIDAD	CAP
LANZOTTI AGUSTINA	JCR
CANSINO INES	JCR
ELIZALDE, PILAR	CAR
GENZANO, JAZMIN	CAP
YURI SOL	CAF
ZEGNA RATA PAULA	JCR
TAGLIARINI, BERNARDITA	JCR
JAUREGUI LUCIA	JCR
BUSETTI, VALENTINA	CAF
CENTURION, JAZMIN	CAP
GIANNANTONIO, ANNA L	JCR
LOPEZ SOL	REG SN
VALDEZ, DELFINA	JCR
VALENTI, LUDMILA	DRC
YUMMATI, GUADALUPE	JCR
TOMASSIN ZOE	AT DEL ROS
BROGLIATTI LUCIA	REG SN

DT: Patricio Rambaudi



Asociación de Hockey Litoral

SELECCIONADOS 2018 -16

24 de Mayo

SUB 18 DAMAS

- DOMINGO 27/05 - 18:30 HS – EN JOCKEY
- LUNES 28/05 - 17:20 HS – ESTADIO MUNDIALISTA

SUB 18 - DAMAS	CLUB
CHIESA JOSEFINA	JCR
MULLER MACARENA	UNI
ASTORE, GIULIA	JCR
BERNAL ROSARIO	ORC
BERGELLA, LUISINA	CAP
FORLI GIOVANA	UNI
OVIEDO VICTORIA	UNI
NOVILE CANDELA	DRC
GARCÍA JOSEFINA	GER
SETTIMO AGOSTINA	JCR
JURE VICTORIA	JCR
MASSARELLI, EMILIA	JCR
MASITTI, MARIA	CAP
HEREDIA, NAZARENA	UNI
GABUTTI MARTINA	GER
DEL ROSAL VICTORIA	JCR
ZEGNA RATA VALENTINA	JCR
NOGUEROL, JOSEFINA	JCR
GILARDONI VALENTINA	UNI
BLOTTA CANDELA	UNI

-
- DT: Franco Romani
- PF: Víctor Mercado: victorpf2004@hotmail.com

CAMPEONATO ASCENSO DAMAS – SANTA FE DEL 31 DE MAYO AL 3 DE JUNIO DE 2018

- SALIDA EL DÍA MIERCOLES 30/05 A LAS 10:00 HS – DESDE LA AHL
- *El Seleccionado se hospeda en el **HOTEL DE CAMPO RESORT***
- **DIRECCIÓN: Autopista Santa Fe - Rosario / KM 153, Santa Fe**
- **TELÉFONO: 0342 482-1100**
- <http://www.hoteldecampocolon.com.ar>
-




Asociación de Hockey Litoral

SELECCIONADOS 2018 -16

24 de Mayo

PLAN DE FUERZA SUB 18 DAMAS

 ASOCIACIÓN DE HOCKEY DEL LITORAL				
PLAN DE FUERZA SUB 18 DAMAS PERIODO Mayo			PROF: VICTOR MERCADO	
LUNES	SEMANA 1	SEMANA 2	SEMANA 3	SEMANA 4
ENTRADA EN CALOR	PLANCHA FRONT ALTERNO PIERNAS 6+6+PLANCHA LAT +PALOMAS 6+6 VITALIZACION CRUZADAS 4+4X3			
PARTE PRINCIPAL	LUNES 7	LUNES 14	LUNES 21	LUNES 28
CARGADAS DE POTENCIA	TRABAJO DE ELONGACION, POST PARTIDO (DOMINGO NOCHE) VS EL MAYOR DAMAS.	3.2.2.2.1	3.2.2.1.1.1	2.2.1.1.1.1
SPLIT CON DISCO		2+2X3	3+3X3	2+2X3
ELEVACION DE CADERA C/BARRA		4+4X4	5+5X4	4+4X4
SALTOS DOS PP ADELANTE X4 +VEL10M		X6	X5	X6
REMO CON BARRA		6X5	5X5	3X5
COORDINATIVO EN ESCALERA		3 SERIES X 5 EJERCICIOS	3 SERIES X 6 EJERCICIOS	3 SERIES X 4 EJERCICIOS
PARTE FINAL		ABDOMINALES C/PESO 8 +LUMBARES ALTERNO 8+8 + AUXILIAR...X4		
MIERCOLES	SEMANA 1	SEMANA 2	SEMANA 3	SEMANA 4
ENTRADA EN CALOR	PLANCHA FRONT ALTERNO PIERNAS 6+6+PLANCHA LAT +PALOMAS 6+6 VITALIZACION CRUZADAS 4+4X3			
PARTE PRINCIPAL	MIERCOLES 9	MIERCOLES 16	MIERCOLES 23	MIERCOLES 30
CARGADAS DE POTENCIA	SIN ACTIVIDAD	3.3.2.2.2	3.2.2.2.1.1	2.2.1.1.1.1
SPLIT CON DISCO		2+2X3	3+3X3	2+2X3
PATADAS AL CIELO		5+5X4	4+4X4	5+5X4
SALTOS DOS PP LATERAL X4 +VEL10M		X6	X5	X6
REMO CON BARRA		4X5	5X5	3X5
COORDINATIVO EN ESCALERA		3 SERIES X 5 EJERCICIOS	3 SERIES X 6 EJERCICIOS	3 SERIES X 4 EJERCICIOS
PARTE FINAL		ABDOMINALES C/PESO 8 +LUMBARES ALTERNO 8+8 + AUXILIAR...X4		



Asociación de Hockey Litoral

SELECCIONADOS 2018 -16

24 de Mayo

SUB 21 DAMAS

- SIN ACTIVIDAD -

MAYOR DAMAS

- SIN ACTIVIDAD -

SUB 14 CABALLEROS

- MARTES 29/05 - 16:00 HS - ESTADIO MUNDIALISTA

	APELLIDO Y NOMBRE	FECHA NAC.	CLUB
1	ZAPATA FACUNDO	22/08/2004	GER
2	LUCERO LAUTARO	02/12/2004	UNI
3	BORETTI LUCAS	29/03/2004	JCR
4	BORETTI JUAN CRUZ	29/03/2004	JCR
5	CASIELLO SIMÓN		JCR
6	MAINO GERÓNIMO	06/11/2006	UNI
7	GIGLIOTTI LUCA		GER
8	CARUGNO FACUNDO		GER
9	MALERBI BRUNO	13/08/2004	GER
10	SPADONI JOAQUIN	06/06/2004	JCR
11	MAGNARELLI FRANCO	22/12/2005	GER
12	AMELONG PABLO	30/06/2005	JCR
13	RITA TEO	19/09/2006	GER
14	GÓMEZ LORIA JOAQUIN	10/09/2005	GER
15	LOZANO MANUEL		JCR
16	CUSUMANO MATÍAS	02/01/2006	GER
17	GARCÍA LAUTARO	28/12/2005	GER
18	CONFORTI MAURO		UNI
19	VERGES ALVARO	14/07/2004	JCR
20	MONTRASI ALEJO	19/11/2004	JCR
21	VALENZIANO FACUNDO	17/10/2004	UNI
22	GIMENEZ MEYER AGUSTIN		JCR
23	CHOY JERÓNIMO	19/05/2005	GER
24	RUBIO SEBASTIAN	29/07/2004	UNI
25	WEISBOURD MANUEL		GER
26	CORTÉS TOMÁS	04/02/2004	GER
27	DEL CASTILLO ALEJO		JCR
28	FUERTES MATEO		JCR
29	RODRÍGUEZ ALAN	18/05/2006	UNI
30	VARISCO NICOLAS		UNI



Asociación de Hockey Litoral

SELECCIONADOS 2018 -16

24 de Mayo

SUB 16 CABALLEROS

- **DÍAS DE ENTRENAMIENTO: MARTES**
- **HORARIO: 17 HS – ESTADIO MUNDIALISTA**
- DT Emiliano Avaca / Lucio Tartaglini

SUB 18 CABALLEROS

- **MARTES 29/05 – DE 17:00 A 18:30 HS – ESTADIO MUNDIALISTA**

SELECCIONADO SUB 18 CAB	CLUB
FAURE FACUNDO	UNI
REYNOSO ISMAEL	GER
MUTTI TOMAS	UNI
LLANO FRANCISCO	GER
BORETTI SANTIAGO	JCR
VETERE FRANCO	UNI
VIGLIONE FRANCISCO	UNI
LUCINI MANUEL	JCR
MICAZ SANTIANO	UNI
MORAD AGUSTIN	GER
CASSINESE EMANUEL	GER
AIMAR IGNACIO	UNI
CUSUMANO FRANCO	GER
AMELONG JORGE	JCR
MORANDIN LAUTARO	UNI
MONTRASI JUAN IGNACIO	JCR
PIETTA MATEO	GER
ALDANA FERNANDO	PROV
GALICCHIO MARTIN	GER
MANGINI SANTIAGO	GER

DT Emiliano Avaca / Lucio Tartaglini

CAMPEONATO SUB 18 CABALLEROS – CORDOBA DEL 31 DE MAYO AL 3 DE JUNIO DE 2018

- **SALIDA EL DÍA MIERCOLES 30/05 A LAS 07:00 HS – DESDE LA AHL**
- *El Seleccionado se hospeda en el **HOTEL HOWARD JOHNSON***
- **DIRECCIÓN: Azopardo, Esquina, J. G. Artigas, 5152 V. Carlos Paz**
- **TELÉFONO: (351) 589-4060**
- <http://hvjillacarospaz.com.ar/>



Asociación de Hockey Litoral

SELECCIONADOS 2018 -16

24 de Mayo

SUB 21 CABALLEROS

- SIN ACTIVIDAD -

MAYOR CABALLEROS

- SIN ACTIVIDAD -