

oct. 09, 21

# PARTIDO DE ENTRENAMIENTO

## Futbol Zone

FZ 1

VISTA DE EQUIPO

VISTA DE JUGADOR



J 46



J 44

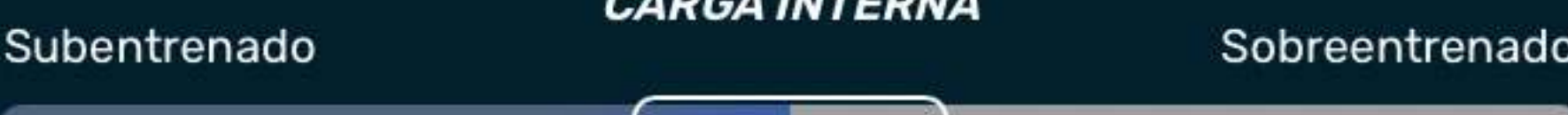


J 42



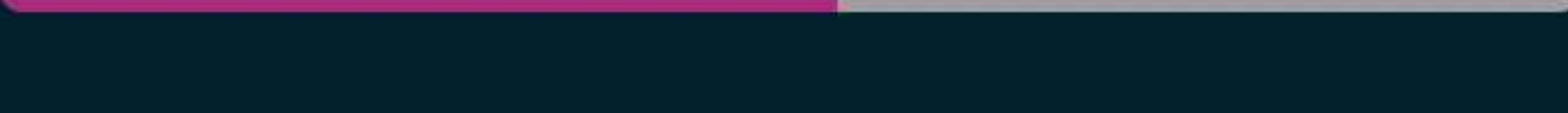
### CLOT DE LA MEL

Subentrenado **CARGA EXTERNA** Sobreentrenado

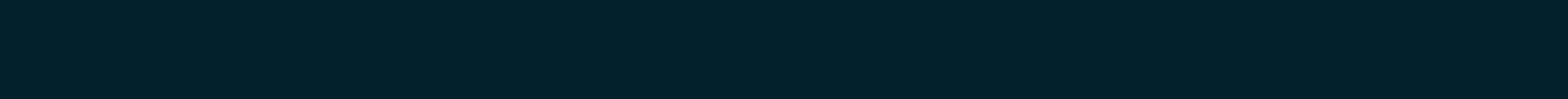


Zona Segura

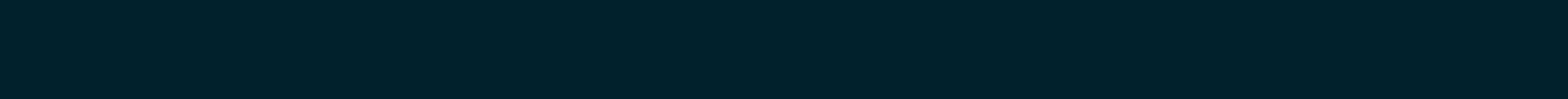
Subentrenado **CARGA INTERNA** Sobreentrenado



**INTENSIDAD DE LA SESIÓN** 53%



**VOLUMEN DE LA SESIÓN** 50%



■ Último Partido de Entrenamiento
 ■ Promedio de Partidos de Entrenamiento

### TIEMPO DE ACTIVIDAD

61.5 min



61.5 min

### DIST. POR MINUTO DE ACTIVIDAD

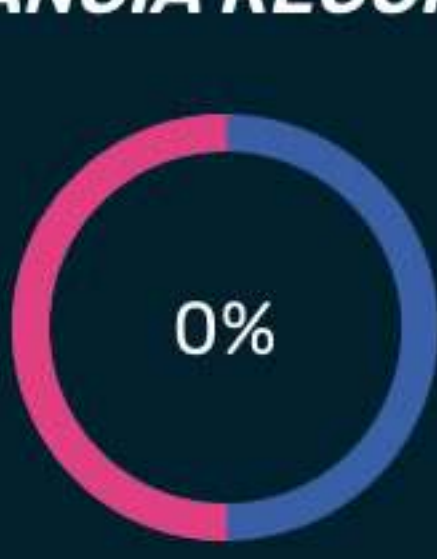
76.9 mts/min



76.9 mts/min

### VELOCIDAD MAX.

22.9 km/h



22.9 km/h

### DISTANCIA RECORRIDA

4.7 km



4.7 km

### TROTE

2 kms



2 kms

### CARRERAS DE ALTA INTENSIDAD

568.3 mts



568.3 mts

### CARRERAS DE MÁX. INTENSIDAD

20.5 mts



20.5 mts

### ACE. DE ALTA Y MÁX. INTENSIDAD

193.9 mts



193.9 mts

### DESAC. DE ALTA Y MÁX. INTENSIDAD

130.4 mts



130.4 mts

### GOLPES DE BALÓN

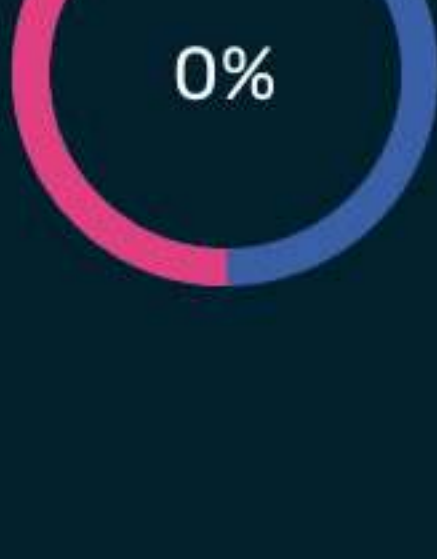
16



16

### DIST. DE TRASLADO DE BALÓN

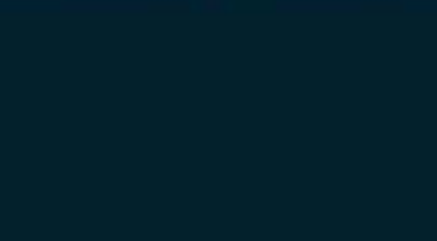
24 mts



24 mts

### FUERZA DE PEGADA

68.9 km/h



68.9 km/h

### RESUMEN

Amistoso Fútbol Zone

