

COBS Y COGS CLUB



OBJETIVOS DEL CLUB

Nuestro club se fundó en 1972.

Es una corporación privada sin fines de lucro a la cual pertenecen 2.000 familias (alumnos y ex alumnos) de Craighouse School.

Las canchas junto a su quincho son instalaciones deportivas y sociales que crean un ambiente familiar uniendo a la comunidad Craighouse, principal objetivo de COBS Y COGS CLUB

El Club ofrece opciones para todas las edades.

Los valores y amistades que se forjan en él, sin duda, le acompañarán toda su vida.



COGS HOCKEY

HEAD COACH RAMA HOCKEY RONY STEIN

Categorías Formativas

Coordinación Área Formativa: Anita Cabrera – Simon Collins

Sub 6

Un entrenamiento semanal

Un torneo al mes, sábado AM o PM

Juegan en 1/8 de cancha con dos arcos 4v4

Esperamos 20 – 30 niñas

- Conocer los fundamentos básicos del Hockey.
- Desarrollar las habilidades motrices básicas en conjunto con el área de preparación física.
- Realizar actividades lúdicas aplicadas al Hockey.
- Aprender ejercicios de coordinación.

Sub 8

Dos entrenamientos semanales

Un torneo al mes, sábado AM o PM

Juegan en 1/8 de cancha con dos arcos 4v4

Esperamos cerca de 60 niñas

- Conocer los fundamentos básicos del Hockey.
- Desarrollar las habilidades motrices básicas orientadas al hockey, a través de la utilización del palo y la pelota.
- Realizar actividades lúdicas y competitivas en el Hockey.
- Crear hábitos de entrenamiento y partidos.



COGS HOCKEY

Categorías Desarrollo

Coordinación Área Desarrollo: Simon Collins – Rony Stein

Sub 10

Dos entrenamientos semanales

Un torneo al mes, sábado AM o PM

Juegan en 1/4 de cancha 4v4 ó 5v5

Esperamos cerca de 55 niñas

- Mejorar los fundamentos básicos del Hockey.
- Realizar actividades más competitivas.
- Mejorar los hábitos de entrenamiento y partido
- Conocer lo básico del reglamento de hockey.
- Saber aceptar con deportividad las victorias y las derrotas.

Sub 12

Dos entrenamientos semanales

Un partido a la semana, domingo AM
(generalmente)

Juegan en 1/2 de cancha 7v7. 2 equipos en
línea A y 2-3 en la B.

Esperamos cerca de 50 niñas

- Mejorar los fundamentos básicos del Hockey.
- Realizar actividades más competitivas.
- Mejorar los hábitos de entrenamiento y partido
- Conocer lo básico del reglamento de hockey.
- Saber aceptar con deportividad las victorias y las derrotas.



COGS HOCKEY

Categorías Competitiva

Coordinación Área Desarrollo: Simon Collins – Rony Stein



Sub 14

Dos entrenamientos semanales
Un partido a la semana, domingo AM
(generalmente)
Juegan en cancha completa 11v11. 2
equipos A y B
Esperamos cerca de 45 niñas

Sub 16

Dos entrenamientos semanales
Un partido a la semana, domingo AM
(generalmente)
Juegan en cancha completa 11v11.
Esperamos cerca de 25 niñas

- Perfeccionar los fundamentos básicos del Hockey.
- Realizar actividades más competitivas interna y externamente.
- Profundizar en los hábitos de entrenamientos, pre y post partido.
- Mantener el concepto de equipo, compañerismo, deportividad, competitividad y disciplina.
- Perfeccionar los ejercicios de calentamientos, estiramientos y vuelta a la calma.
- Conocer el reglamento de hockey.
- Saber aceptar con deportividad las victorias y las derrotas.



COGS HOCKEY

Categorías Competitiva

Coordinación Área Desarrollo: Simon Collins – Rony Stein

Sub 19

Dos entrenamientos semanales

Un partido a la semana, domingo AM
(generalmente)

Juegan en cancha completa 11v11.

Esperamos cerca de 25 niñas

- Perfeccionar los fundamentos básicos del Hockey.
- Realizar actividades muy competitivas interna y externamente.
- Perfeccionar en los hábitos de entrenamientos, pre y post partido.
- Mantener el concepto de equipo, compañerismo, deportividad, competitividad y disciplina.
- Perfeccionar los ejercicios de calentamientos, estiramientos y vuelta a la calma.
- Conocer el reglamento de hockey.
- Saber aceptar con deportividad las victorias y las derrotas.





ACTIVIDADES HOCKEY 2016

HOCKEY				
CATEGORIA	CURSO	DIA	HORARIO	
			TECNICO	FISICO
SUB 6	PK-K	Viernes	15:15 - 16:45	NO
SUB 8	1°-2° básico	Miércoles Viernes	16:30 - 18:00 15:15 - 16:45	NO
SUB 10	3°-4° básico	Miércoles Viernes	16:30 - 18:00 15:15 - 16:45	NO
SUB 12*	5°-6° basico	Martes Viernes	17:30 - 19:00 16:45 - 18:15	16:30 - 17:30* NO
SUB 14	7°-8° básico	Lunes Jueves	18:00 - 19:30 18:00 - 19:30	17:00 - 18:00 17:00 - 18:00
SUB 16	I°-II° medio	Miércoles Viernes	18:00 - 19:30 16:45 - 18:15	17:00 - 18:00 18:15 - 19:15
SUB 19	III°-IV° medio	Martes Viernes	19:00 - 20:30 18:15 - 19:45	NO 17:15 - 18:15
SUB 19	Universidad	Martes Viernes	19:00 - 20:30 18:15 - 19:45	NO 17:15 - 18:15
Cambio de horario meses de Mayo-Junio-Julio-Agosto				
SUB 12*	5°-6° basico	Martes	18:00 - 19:30	17:00 - 18:00*
ADULTAS				
PRIMERA A/C	Adultas	Martes Jueves	19:30 - 22:00	SI
Trabajadora Estudiante				
PRIMERA B	Adultas	Miércoles Viernes	19:30 - 22:00 19:30 - 21:00	SI
Trabajadora Estudiante				
PRIMERA D/MAMAS	Adultas	Miércoles	19:30 - 22:00	SI