

**LALIGA**  
**ACADEMY**

TRẠI HÈ BÓNG ĐÁ LALIGA  
VIỆT NAM 2025

**MANG TRẢI  
NGHIỆM LALIGA  
ĐẾN VIỆT NAM**



SONG NGỮ  
**TIẾNG ANH &  
TIẾNG VIỆT**



# TRẠI HÈ BÓNG ĐÁ LALIGA VIỆT NAM

## MỤC LỤC

- |   |                                |   |                                 |
|---|--------------------------------|---|---------------------------------|
| 1 | Giới thiệu.                    | 5 | Hoạt động giải trí và thư giãn. |
| 2 | Trung tâm huấn luyện Bà Rịa.   | 6 | Thông tin chung.                |
| 3 | Chương trình huấn luyện.       | 7 | Nội dung trại hè.               |
| 4 | Phương pháp huấn luyện LALIGA. | 8 | Biểu phí và quy trình đăng ký.  |

# 1 TRẠI HÈ BÓNG ĐÁ LALIGA VIỆT NAM **GIỚI THIỆU**

## TRẠI HÈ BÓNG ĐÁ LALIGA **ĐÃ TRỞ LẠI!**

Trại hè bóng đá LALIGA Việt Nam 2025 đã chính thức trở lại với phiên bản hấp dẫn nhất từ trước đến nay! Chương trình kéo dài 3 tuần liên tiếp, là cơ hội vàng để các tài năng trẻ tập luyện như cầu thủ chuyên nghiệp và trải nghiệm hệ thống huấn luyện đẳng cấp.



Thời gian: 22/06/2025 – 11/07/2025 (3 tuần)



Địa điểm: Trung tâm huấn luyện Bà Rịa

Dành cho các cầu thủ nam và nữ từ 9-16 tuổi, không phân biệt trình độ. Chương trình huấn luyện chuyên sâu mang đến những buổi tập luyện đầy thú vị, giúp các học viên phát triển toàn diện về kỹ thuật, tư duy và thể lực. Dưới sự hướng dẫn của Giám đốc Kỹ thuật của Học viện LALIGA Việt Nam – Tito Burell, huấn luyện viên sở hữu chứng chỉ UEFA Pro, trại hè hứa hẹn mang đến trải nghiệm huấn luyện bài bản và chân thực theo Phương pháp huấn luyện LALIGA từ Tây Ban Nha! Học viên sẽ được tập luyện theo phương pháp đã tạo nên những siêu sao bóng đá thế giới.



# 1 TRẠI HÈ BÓNG ĐÁ LALIGA VIỆT NAM

## GIỚI THIỆU



## CHƯƠNG TRÌNH **MỚI** CHO NĂM 2025

Chương trình huấn luyện 3 tuần được nâng cấp với nhiều buổi tập hấp dẫn hơn, thử thách kỹ năng và trải nghiệm thi đấu!

Đây là cơ hội để phát triển kỹ năng, tận hưởng niềm vui và bứt phá giới hạn của bản thân, bất kể trình độ.

Dù là tân binh hay đã có kinh nghiệm thi đấu, đây là cơ hội vàng để nâng cao kỹ năng bóng đá của các cầu thủ nhí.

### SỐ LƯỢNG CÓ HẠN - **ĐĂNG KÝ NGAY!**

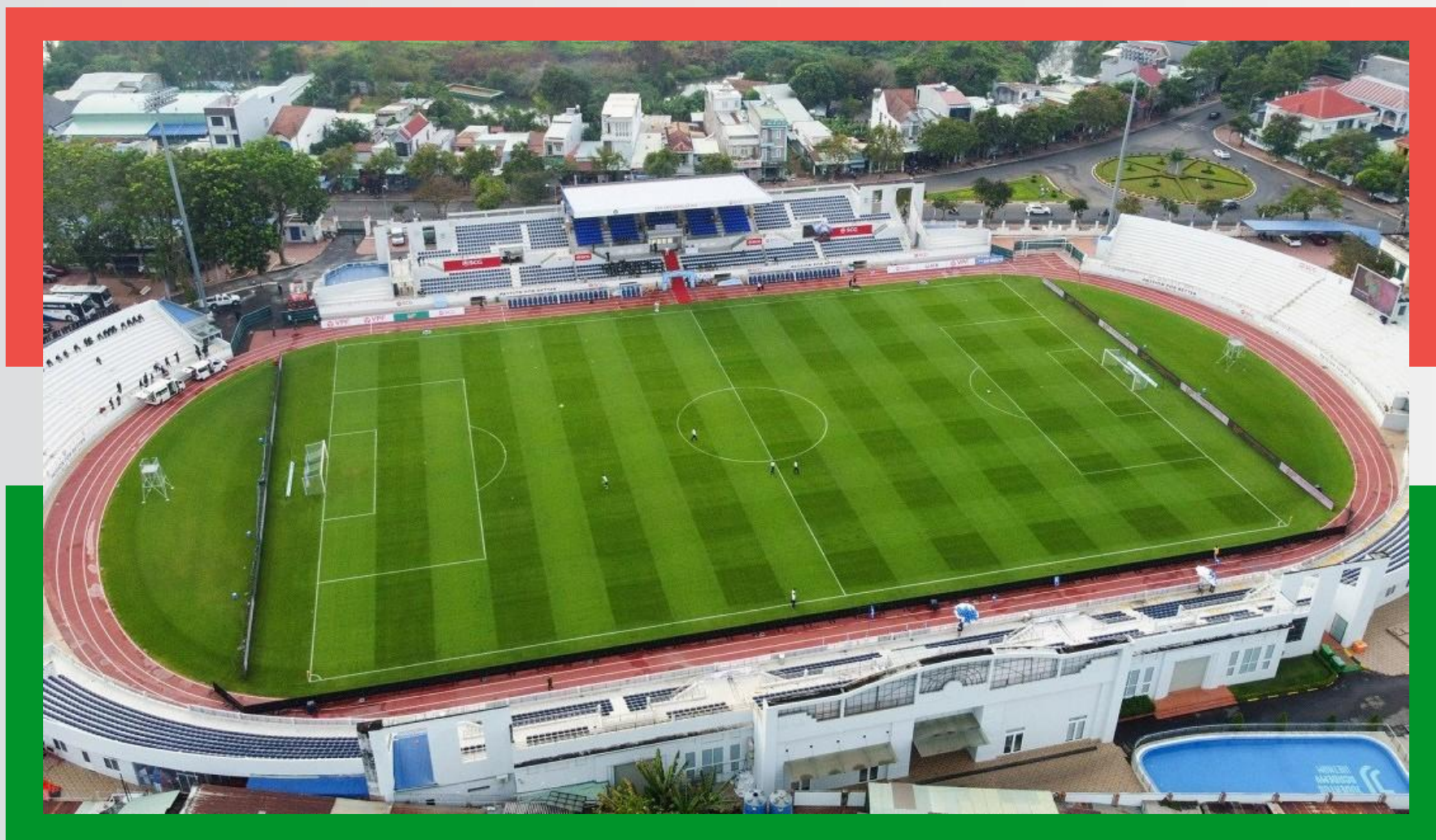
Chi tiết tại: <https://laligaacademy.vn/summer-camp-2025/>

Chương trình chuyên biệt mang đến cho các cầu thủ **MÔI TRƯỜNG HUẤN LUYỆN TỐT NHẤT** từ LALIGA TOÀN CẦU đến LALIGA ACADEMY VIETNAM.

# 2 TRẠI HÈ BÓNG ĐÁ LALIGA VIỆT NAM

## TRUNG TÂM HUẤN LUYỆN BÀ RỊA

### CƠ SỞ VẬT CHẤT TẠI BÀ RỊA VŨNG TÀU



LALIGA ACADEMY

Tọa lạc tại thành phố biển Bà Rịa - Vũng Tàu, Trung tâm Huấn luyện Bóng đá đẳng cấp Quốc tế là nơi nuôi dưỡng những tài năng bóng đá của tương lai. Với cơ sở vật chất tiên tiến, bao gồm sân cỏ chất lượng cao được bảo trì kỹ lưỡng, trung tâm thể hình và khu phục hồi chuyên sâu, nơi đây mang đến môi trường lý tưởng để các cầu thủ trẻ phát triển toàn diện.

Không chỉ tập trung vào kỹ năng trên sân, trung tâm còn cung cấp chỗ ở tiện nghi, chế độ dinh dưỡng khoa học và hệ thống phục hồi thể lực tối ưu, đảm bảo các cầu thủ luôn đạt phong độ cao nhất cả trong lẫn ngoài sân đấu. Từ những tài năng trẻ triển vọng đến những nhà vô địch tương lai, đây chính là điểm đến lý tưởng dành cho những ai có đam mê và khát khao chinh phục đỉnh cao bóng đá.

### TIỆN ÍCH HỘI TỤ



SÂN BÓNG



KÝ TÚC XÁ



PHÒNG XÔNG HƠI



KHU GIẢI PHÍ



PHÒNG HỌC



HỒ BƠI



HỘI TRƯỞNG

# 2 TRẠI HÈ BÓNG ĐÁ LALIGA VIỆT NAM TRUNG TÂM HUẤN LUYỆN BÀ RỊA

## KÝ TÚC XÁ

- ❖ Phòng ở rộng rãi, đầy đủ tiện nghi.
- ❖ Dịch vụ giặt sấy và vệ sinh 24/7.
- ❖ Hệ thống camera và an ninh giám sát.

## SÂN BÓNG

- ❖ Sân bóng đá chất lượng cao với cỏ tự nhiên.
- ❖ Khu vực huấn luyện chuyên biệt dành cho thủ môn, tập luyện cá nhân và rèn luyện thể lực.

## PHÒNG TẬP & HỒ BƠI

- ❖ Phòng gym hiện đại, trang bị đầy đủ thiết bị tập luyện.
- ❖ Hồ bơi phục vụ cho tập luyện dưới nước và thư giãn.



## KHU VỰC SINH HOẠT CHUNG

- ❖ Phòng ăn rộng rãi phục vụ toàn bộ cầu thủ và nhân viên.
- ❖ Phòng học trang bị đầy đủ với máy chiếu WiFi và hệ thống âm thanh.
- ❖ Phòng xông hơi hỗ trợ liệu pháp ngâm nóng – lạnh.
- ❖ Khu giải trí dành cho cầu thủ thư giãn và chơi game trong thời gian rảnh.
- ❖ Phòng họp và khu vực học tập.
- ❖ Cơ sở y tế gần kề để hỗ trợ điều trị khi cần thiết.

## 3 TRẠI HÈ BÓNG ĐÁ LALIGA VIỆT NAM CHƯƠNG TRÌNH HUẤN LUYỆN

Trải nghiệm Phương pháp Huấn luyện LALIGA trực tiếp từ nền bóng đá hàng đầu thế giới – nơi đã giành 3 danh hiệu lớn liên tiếp: FIFA World Cup 2010 và UEFA Euro Championships 2008 và 2012.

 **Đội trẻ**  
**9 - 12** tuổi  
(2013 - 2016)

 **Đội lớn**  
**13 - 16** tuổi  
(2009 - 2012)

 **Chương trình**  
song ngữ  
**TIẾNG ANH &  
TIẾNG VIỆT**

### DÀNH CHO



Cầu thủ muốn nâng cao kỹ năng bóng đá và vươn tới đẳng cấp mới.



Cầu thủ đã có kinh nghiệm thi đấu.



từ 22/06  
đến 11/07



# 3 TRẠI HÈ BÓNG ĐÁ LALIGA VIỆT NAM CHƯƠNG TRÌNH HUẤN LUYỆN



Huấn luyện viên Cấp độ III  
(tương đương UEFA Pro  
tại Tây Ban Nha)



Tốt nghiệp Giáo dục  
Thể chất & Khoa  
học Thể thao.



Đội ngũ nhân viên  
Học viện LALIGA có  
kinh nghiệm điều  
hành các hoạt động.



Kinh nghiệm quốc tế  
và chuyên môn về thể  
lực, phân tích...



Huấn luyện bằng  
Tiếng Anh và Tiếng  
Việt.



Tập luyện theo Phương  
pháp huấn luyện  
LALIGA.

## Đội ngũ huấn luyện viên

**HLV  
THỦ MÔN**

**GIÁM ĐỐC KỸ  
THUẬT UEFA PRO**

**NHÂN VIÊN  
CHĂM SÓC 24/7**

**HLV  
THỂ HÌNH**

**TÂM LÝ HỌC  
THỂ THAO**

Dẫn dắt bởi HLV Cấp độ III, tương đương với UEFA Pro – ông Tito Burell, người có hơn 20 năm kinh nghiệm huấn luyện. Toàn bộ đội ngũ HLV được ông tuyển chọn kỹ lưỡng và trực tiếp đào tạo, đảm bảo chất lượng huấn luyện cao nhất. Chúng tôi mang đội ngũ huấn luyện viên xuất sắc nhất tới Bà Rịa, nhằm mang lại trải nghiệm đào tạo tốt nhất cho các cầu thủ.

Tỉ lệ huấn luyện viên - cầu thủ - **1:5** đảm bảo sự quan tâm sát sao và cá nhân hóa.

# 3 TRẠI HÈ BÓNG ĐÁ LALIGA VIỆT NAM CHƯƠNG TRÌNH HUẤN LUYỆN

LALIGA ACADEMY



## TITO BURELL

GIÁM ĐỐC KỸ THUẬT  
HỌC VIỆN LALIGA VIỆT NAM



Chuyên gia Tito Burell, Giám đốc Kỹ thuật Học viện LALIGA Việt Nam, là huấn luyện viên đẳng cấp UEFA Pro đến từ Tây Ban Nha, sở hữu hơn 20 năm kinh nghiệm chuyên môn. Ông từng đảm nhiệm vị trí Huấn luyện viên trưởng tại Học viện Barcelona (Hoa Kỳ), Huấn luyện viên trưởng đội trẻ Granada FC (Tây Ban Nha), cùng nhiều kinh nghiệm huấn luyện tại Hàn Quốc và Trung Quốc.

Trong khuôn khổ hợp tác giữa Liên đoàn Bóng đá Việt Nam (VFF) và Học viện LALIGA Việt Nam, chuyên gia Tito Burell đã đào tạo nhiều thế hệ huấn luyện viên Việt Nam, góp phần quan trọng vào sự phát triển của bóng đá trẻ và phong trào bóng đá cơ sở.



# 4 TRẠI HÈ BÓNG ĐÁ LALIGA VIỆT NAM

## PHƯƠNG PHÁP HUẤN LUYỆN LALIGA

### CHƯƠNG TRÌNH ĐƯỢC THIẾT KẾ THEO 4 TRỌNG TÂM

Chúng tôi áp dụng quy trình huấn luyện tiên tiến, được xây dựng dựa trên mô hình thành công của các câu lạc bộ LALIGA, những mô hình đã được công nhận toàn cầu về hiệu quả trong việc phát triển và đào tạo tài năng trẻ.

### HUẤN LUYỆN

Phương pháp huấn luyện của LALIGA xây dựng quy trình đào tạo được cá nhân hóa, phù hợp với từng bước tiến của cầu thủ.

1



KỸ THUẬT &  
KHẢ NĂNG PHỐI HỢP

2



NHẬN THỨC  
CHIẾN THUẬT

3



THỂ CHẤT &  
THỂ LỰC

4



TÂM LÝ &  
XÃ HỘI - CẢM XÚC

# 4 TRẠI HÈ BÓNG ĐÁ LALIGA VIỆT NAM PHƯƠNG PHÁP HUẤN LUYỆN LALIGA



## AN TOÀN LÀ TRÊN HẾT

Tất cả nhân viên của chúng tôi đã được kiểm tra lý lịch để **đảm bảo an toàn** khi làm việc với trẻ em.



## ĐỘI NGŨ Y TẾ

Bóng đá là một môn thể thao an toàn, tuy nhiên, vẫn tiềm ẩn rủi ro do tính chất va chạm.

Đội ngũ y tế tận tâm và khu điều trị hiện đại với cơ sở vật chất tiên tiến.

## HUẤN LUYỆN SƠ CỨU

Là một phần của quy trình tuyển chọn, các huấn luyện viên của chúng tôi được đào tạo sơ cứu cơ bản để hỗ trợ xử lý chấn thương trên sân, với bộ dụng cụ y tế chuyên dụng cho bóng đá.

## BẢO HIỂM TAI NẠN

Chúng tôi cung cấp bảo hiểm tai nạn cho con bạn với mức chi trả lên đến 30 triệu đồng.

# 5 TRẠI HÈ BÓNG ĐÁ LALIGA VIỆT NAM

## HOẠT ĐỘNG GIẢI TRÍ VÀ THƯ GIÃN



# 6 TRẠI HÈ BÓNG ĐÁ LALIGA VIỆT NAM

## THÔNG TIN CHUNG

### TRANG PHỤC VÀ VẬT DỤNG

#### Được phát bởi LALIGA

- 2 áo tập
- 1 áo polo
- 2 quần tập
- 2 đôi vớ
- 1 nón
- 1 ba lô dây rút
- 1 bình nước

#### Cầu thủ tự chuẩn bị

- Giày đinh và bọc ống quyển
- Găng tay thủ môn (nếu cần)
- Giày thể thao
- Đồ lót, đồ bơi, khăn tắm và dép
- Quần áo thường ngày
- Sạc và bộ chuyển đổi
- Đồ dùng vệ sinh cá nhân

### BỮA ĂN VÀ DINH DƯỠNG

Các cầu thủ nhí sẽ được hưởng dịch vụ nội trú trọn gói, bao gồm ăn, ở và giặt sấy. Trại hè cung cấp đầy đủ bữa sáng, trưa và tối, đảm bảo chế độ dinh dưỡng và phù hợp với nhu cầu thể chất của một cầu thủ chuyên nghiệp.

13

### CHĂM SÓC Y TẾ VÀ AN TOÀN

Đội ngũ y tế túc trực để xử lý kịp thời mọi vấn đề sức khỏe. Trại hè cũng chuẩn bị sẵn các phương án dự phòng cho điều kiện thời tiết khắc nghiệt như nắng nóng hoặc mưa lớn. Đặc biệt, các huấn luyện viên được đào tạo chuyên sâu để nhận diện dấu hiệu mệt mỏi và chấn thương, đảm bảo can thiệp nhanh chóng nhằm bảo vệ sức khỏe của các cầu thủ.



# 6 TRẠI HÈ BÓNG ĐÁ LALIGA VIỆT NAM

## THÔNG TIN CHUNG



x2

**Đồng phục**



x1

**Áo polo**



**Nón, ba lô dây rút,  
bình nước**

|      | CHỦ NHẬT<br>NGÀY CHECK-IN                                    | THỨ HAI<br>NGÀY 1                                                             | THỨ BA<br>NGÀY 2                                                              | THỨ TƯ<br>NGÀY 3                                                              | THỨ NĂM<br>NGÀY 4                                                             | THỨ SÁU<br>NGÀY 5                 | THỨ BẢY<br>NGÀY 6                                                                                                                               | CHỦ NHẬT<br>NGÀY 7                    |
|------|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| SÁNG | 9:00 - 10:00<br>TẬP TRUNG TẠI ĐIỂM<br>KHỞI HÀNH              | 7:00 - 8:00   ĂN SÁNG                                                         |                                                                               |                                                                               |                                                                               |                                   |                                                                                                                                                 |                                       |
|      |                                                              | 8:30 - 10:00<br>HUẤN LUYỆN KỸ THUẬT:<br>Tập luyện theo vị trí<br>chuyên biệt* | 8:30 - 10:00<br>HUẤN LUYỆN KỸ THUẬT:<br>Tập luyện theo vị trí<br>chuyên biệt* | 8:30 - 10:00<br>HUẤN LUYỆN KỸ THUẬT:<br>Tập luyện theo vị trí<br>chuyên biệt* | 8:30 - 10:00<br>HUẤN LUYỆN KỸ THUẬT:<br>Tập luyện theo vị trí<br>chuyên biệt* | 8:30 - 10:00<br>THI ĐẤU GIAO HỮU  |                                                                                                                                                 | 8:30 - 10:00<br>THI ĐẤU GIAO HỮU      |
|      | 10:00 - 11:30<br>DI CHUYỂN ĐẾN BÀ RỊA                        | 10:30 - 11:30<br>BƠI                                                          | 10:00 - 11:30<br>SINH HOẠT TỰ DO                                              | 10:30 - 11:30<br>BƠI                                                          | 10:00 - 11:30<br>SINH HOẠT TỰ DO                                              | 10:30 - 11:30<br>BƠI              | 10:00 - 15:00<br>Tham quan TROPICANA PARK<br>(12:00 ĂN TRƯA TẠI NHÀ HÀNG<br>TIKI)<br><br>15:00 - 18:00<br>Tham quan<br>BẢO TÀNG VŨ KHÍ THẾ GIỚI | 10:30 - 11:30<br>BƠI                  |
| TRƯA | 11:30 - 12:00<br>ĂN TRƯA TẠI<br>BÁNH CANH LONG HƯƠNG         | 11:30 - 12:00<br>ĂN TRƯA                                                      | 11:30 - 12:00<br>ĂN TRƯA                                                      | 11:30 - 12:00<br>ĂN TRƯA                                                      | 11:30 - 12:00<br>ĂN TRƯA                                                      | 11:30 - 12:00<br>ĂN TRƯA          |                                                                                                                                                 | 11:30 - 12:00<br>ĂN TRƯA              |
|      | 13:00 - 14:30<br>PHỔ BIẾN QUY ĐỊNH<br>THAM QUAN SÂN VẬN ĐỘNG | 12:00 - 15:00<br>NGHỈ TRƯA                                                    | 12:00 - 15:00<br>NGHỈ TRƯA                                                    | 12:00 - 15:00<br>NGHỈ TRƯA                                                    | 12:00 - 15:00<br>NGHỈ TRƯA                                                    | 12:00 - 15:00<br>NGHỈ TRƯA        |                                                                                                                                                 | 12:00 - 15:00<br>NGHỈ TRƯA            |
|      | 14:30 - 17:30<br>PHÂN CHIA PHÒNG<br>NHẬN ĐỒNG PHỤC           | 15:00 - 17:30<br>HUẤN LUYỆN CHIẾN THUẬT<br>(tại phòng học)<br>+ THI ĐẤU       | 16:00 - 17:30<br>HUẤN LUYỆN CHIẾN THUẬT                                       | 16:00 - 17:30<br>HUẤN LUYỆN CHIẾN THUẬT                                       | 15:00 - 17:30<br>WORKSHOP CHUYÊN ĐỀ DINH<br>DƯỠNG VÀ TÂM LÝ HỌC THỂ<br>THAO   | 16:00 - 17:30<br>THI ĐẤU GIAO HỮU |                                                                                                                                                 | 15:00 - 17:30<br>THI ĐẤU PS4 EA SPORT |
| TỐI  | 18:15 - 19:00<br>ĂN TỐI                                      | 18:15 - 19:00<br>ĂN TỐI                                                       | 18:15 - 19:00<br>ĂN TỐI                                                       | 18:15 - 19:00<br>ĂN TỐI TỰ DO                                                 | 18:15 - 19:00<br>ĂN TỐI                                                       | 18:15 - 19:00<br>ĂN TỐI           | 18:30 - 19:30<br>ĂN TỐI TẠI VÙNG TÀU                                                                                                            | 18:15 - 19:00<br>ĂN TỐI               |
|      | 19:00 - 21:30<br>HOẠT ĐỘNG GẮN KẾT                           | 19:00 - 21:30<br>SINH HOẠT TỰ DO                                              | 19:00 - 21:30<br>SINH HOẠT TỰ DO                                              | 19:00 - 21:30<br>HOẠT ĐỘNG GẮN KẾT                                            | 19:00 - 21:30<br>SINH HOẠT TỰ DO                                              | 19:00 - 21:30<br>SINH HOẠT TỰ DO  | 19:00 - 21:30<br>SINH HOẠT TỰ DO                                                                                                                | 19:00 - 21:30<br>ĐUA XE ĐIỆN MINI     |
| NGỦ  |                                                              |                                                                               |                                                                               |                                                                               |                                                                               |                                   |                                                                                                                                                 |                                       |

6

TRẠI HÈ BÓNG ĐÁ LALIGA VIỆT NAM

THÔNG TIN CHUNG

TUẦN 2

Song ngữ

TIẾNG ANH & TIẾNG VIỆT



|      | THỨ HAI<br>NGÀY 8                                                          | THỨ BA<br>NGÀY 9                                                           | THỨ TƯ<br>NGÀY 10                                                          | THỨ NĂM<br>NGÀY 11                         | THỨ SÁU<br>NGÀY 12                | THỨ BẢY<br>NGÀY 13                        | CHỦ NHẬT<br>NGÀY 14              |
|------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------|
| SÁNG | 7:00 - 8:00   ĂN SÁNG                                                      |                                                                            |                                                                            |                                            |                                   |                                           |                                  |
|      | 8:30 - 10:00<br>HUẤN LUYỆN KỸ THUẬT:<br>Tập luyện theo vị trí chuyên biệt* | 8:30 - 10:00<br>HUẤN LUYỆN KỸ THUẬT:<br>Tập luyện theo vị trí chuyên biệt* | 8:30 - 10:00<br>HUẤN LUYỆN KỸ THUẬT:<br>Tập luyện theo vị trí chuyên biệt* | LALIGA ACADEMY RUSH<br>FOOTBALL TOURNAMENT | 8:30 - 10:00<br>THI ĐẤU NỘI BỘ    | 9:30 - 11:00<br>Tham quan NÔNG TRẠI GOZOO | 8:30 - 10:00<br>THI ĐẤU GIAO HỮU |
| TRƯA | 10:30 - 11:30<br>BƠI                                                       | 10:00 - 11:30<br>SINH HOẠT TỰ DO                                           | 10:30 - 11:30<br>BƠI                                                       |                                            | 10:30 - 11:30<br>SINH HOẠT TỰ DO  |                                           | 10:30 - 11:30<br>BƠI             |
|      | 11:30 - 12:00<br>ĂN TRƯA                                                   | 11:30 - 12:00<br>ĂN TRƯA                                                   | 11:30 - 12:00<br>ĂN TRƯA                                                   |                                            | 11:30 - 12:00<br>ĂN TRƯA          | 11:30 - 12:00<br>ĂN TRƯA TẠI NHÀ HÀNG     | 11:30 - 12:00<br>ĂN TRƯA         |
|      | 12:00 - 15:00<br>NGHỈ TRƯA                                                 | 12:00 - 15:00<br>NGHỈ TRƯA                                                 | 12:00 - 15:00<br>NGHỈ TRƯA                                                 |                                            | 12:00 - 15:00<br>NGHỈ TRƯA        | 14:00 - 17:00<br>WORKSHOP LÀM GỐM         | 12:00 - 15:00<br>NGHỈ TRƯA       |
|      | 15:00 - 17:30<br>HUẤN LUYỆN CHIẾN THUẬT<br>(tại phòng học)<br>+ THI ĐẤU    | 15:00 - 17:30<br>HUẤN LUYỆN THỂ LỰC TRÊN BÃI BIỂN                          | 16:00 - 17:30<br>HUẤN LUYỆN CHIẾN THUẬT                                    |                                            | 16:00 - 17:30<br>THI ĐẤU GIAO HỮU |                                           | 15:00 - 17:30<br>XEM PHIM        |
| TỐI  | 18:15 - 19:00<br>ĂN TỐI                                                    | 18:15 - 19:00<br>ĂN TỐI                                                    | 18:15 - 19:00<br>ĂN TỐI TỰ DO                                              | 18:15 - 19:00<br>ĂN TỐI                    | 18:15 - 19:00<br>ĂN TỐI           | 18:30 - 19:30<br>ĂN TỐI                   | 18:15 - 19:00<br>ĂN TỐI          |
|      | 19:00 - 21:30<br>HOẠT ĐỘNG GẮN KẾT                                         | 19:00 - 21:30<br>SINH HOẠT TỰ DO                                           | 19:00 - 21:30<br>SINH HOẠT TỰ DO                                           | 19:00 - 21:30<br>SINH HOẠT TỰ DO           | 19:00 - 21:30<br>SINH HOẠT TỰ DO  | 19:00 - 21:30<br>TỔNG KẾT GIỮA TRẠI       | 19:00 - 21:30<br>SINH HOẠT TỰ DO |
| NGỦ  |                                                                            |                                                                            |                                                                            |                                            |                                   |                                           |                                  |

6

TRẠI HÈ BÓNG ĐÁ LALIGA VIỆT NAM

THÔNG TIN CHUNG

TUẦN 3

Song ngữ

TIẾNG ANH &  
TIẾNG VIỆT



|      | THỨ HAI<br>NGÀY 15                                                         | THỨ BA<br>NGÀY 16                                                          | THỨ TƯ<br>NGÀY 17                                                          | THỨ NĂM<br>NGÀY 18                             | THỨ SÁU 11/07<br>NGÀY 19         |
|------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------|
| SÁNG | 7:00 - 8:00   ĂN SÁNG                                                      |                                                                            |                                                                            |                                                |                                  |
|      | 8:30 - 10:00<br>HUẤN LUYỆN KỸ THUẬT:<br>Tập luyện theo vị trí chuyên biệt* | 8:30 - 10:00<br>HUẤN LUYỆN KỸ THUẬT:<br>Tập luyện theo vị trí chuyên biệt* | 8:30 - 10:00<br>HUẤN LUYỆN KỸ THUẬT:<br>Tập luyện theo vị trí chuyên biệt* | 9:30 - 11:00<br>Tham quan BINON CACAO PARK     | 8:30 - 10:00<br>THI ĐẤU GIAO HỮU |
|      | 10:30 - 11:30<br>BƠI                                                       | 10:00 - 11:30<br>BƠI                                                       | 10:30 - 11:30<br>BƠI                                                       |                                                | 10:30 - 11:30<br>THU DỌN HÀNH LÝ |
| TRƯA | 11:30 - 12:00<br>ĂN TRƯA                                                   | 11:30 - 12:00<br>ĂN TRƯA                                                   | 11:30 - 12:00<br>ĂN TRƯA                                                   | 11:30 - 12:00<br>ĂN TRƯA Ở NGOÀI               | 11:30 - 12:30<br>ĂN TRƯA Ở NGOÀI |
|      | 12:00 - 15:00<br>NGHỈ TRƯA                                                 | 12:00 - 15:00<br>NGHỈ TRƯA                                                 | 12:00 - 15:00<br>NGHỈ TRƯA                                                 | 12.30 - 14.30<br>TRỞ VỀ SÂN VẬN ĐỘNG NGHỈ TRƯA | 12:30 - 14:00<br>DI CHUYỂN VỀ    |
|      | 15:00 - 17:30<br>HUẤN LUYỆN CHIẾN THUẬT<br>(tại phòng học)<br>+ THI ĐẤU    | 16:00 - 17:30<br>HUẤN LUYỆN CHIẾN THUẬT<br>+ THI ĐẤU                       | 16:00 - 17:30<br>THI ĐẤU GIAO HỮU                                          | 15:00 - 17:30<br>THI ĐẤU PS4 EA SPORT          | 14:30 - 16:00<br>LỄ TỔNG KẾT     |
| TỐI  | 18:15 - 19:00<br>ĂN TỐI                                                    | 18:15 - 19:00<br>ĂN TỐI TỰ DO                                              | 18:15 - 19:00<br>ĂN TỐI                                                    | 18:15 - 19:00<br>ĂN TỐI                        | TRẠI HÈ KẾT THÚC                 |
|      | 19:00 - 21:30<br>SINH HOẠT TỰ DO                                           | 19:00 - 21:30<br>SINH HOẠT TỰ DO                                           | 19:00 - 21:30<br>SINH HOẠT TỰ DO                                           | 19:00 - 21:30<br>SINH HOẠT TỰ DO               |                                  |
|      | NGỦ                                                                        |                                                                            |                                                                            |                                                |                                  |

# 7 TRẠI HÈ BÓNG ĐÁ LALIGA VIỆT NAM

## NỘI DUNG TRẠI HÈ

### CHƯƠNG TRÌNH HUẤN LUYỆN

- Hơn 15 giờ huấn luyện bóng đá chuyên sâu hằng tuần.
- Huấn luyện theo Phương pháp LALIGA.
- Huấn luyện thể lực chuyên sâu cho bóng đá và tối ưu hóa hiệu suất cá nhân.

### HOẠT ĐỘNG GIẢI TRÍ

- Tham quan Thành phố biển Vũng Tàu.
- Khám phá những địa điểm thú vị xung quanh Bà Rịa.
- Tham quan Công viên giải trí.
- Cùng trò chuyện và học hỏi với Đại sứ LALIGA.

### CÁC DỊCH VỤ KHÁC

- Dịch vụ nội trú trọn gói.\*
- Dịch vụ giặt sấy.
- Ăn sáng, trưa, tối và đồ ăn nhẹ.
- Trang phục tập luyện và thi đấu.
- Giám sát và hỗ trợ từ đội ngũ nhân viên.
- Di chuyển hai chiều từ TP. Hồ Chí Minh đến Bà Rịa.



# 8 TRẠI HÈ BÓNG ĐÁ LALIGA VIỆT NAM

## BIỂU PHÍ VÀ QUY TRÌNH ĐĂNG KÝ

PHÍ GỐC

**36,000,000 VNĐ**

PHÍ TỪNG TUẦN

**12,000,000 VNĐ**

ƯU ĐÃI ĐĂNG KÝ SỚM

Giảm giá 28% dành riêng cho  
Con cái của Nhân viên, Đội  
Năng khiếu

CHỈ CÒN ~~36,000,000 VNĐ~~

**26,000,000 VNĐ**

**28%  
off**

HỌC VIÊN CỦA LALIGA

Giảm giá 20% dành cho 15 cầu thủ  
đăng ký đầu tiên.

CHỈ CÒN

**29,000,000 VNĐ**

**20%  
off**



# TRẠI HÈ BÓNG ĐÁ VIỆT NAM

LIÊN HỆ

+84 86 579 3068

info@laligaacademy.vn | laligaacademy.vn