

INSTALACIONES:

RESIDENCIA:



POLIDEPORTIVOS:



MANUTENCIÓN:

Comidas Restaurante de las Piscinas Municipales
(frente a Los Olímpicos)



FEDERACIÓN ARAGONESA DE BALONCESTO

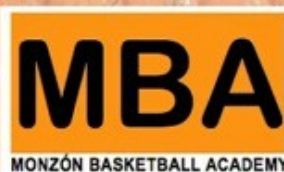
MONZÓN ÉLITE CAMP

tres turnos:

Del 9 al 14 de julio de 2018

Del 16 al 21 de julio de 2018

Del 23 al 28 de julio de 2018



2º AÑO ALEVÍN, INFANTILES, CADETES. JUNIORS Y SENIORS

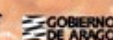
PARA JUGADORES/AS NACIDOS EN 2006 Y ANTERIORES

BALONCESTO

ORGANIZA

COLABORA

PATROCINA



INSCRIPCIONES:

www.probasket.co

(Campus MBA y Monzón Élite Camp)

www.fabasket.com

COSTE DEL CAMPUS

MANTENEMOS LOS PRECIOS DEL VERANO PASADO
CONSULTA PRECIOS PARA HERMANOS Y PARA LOS MAS DE UN TURNO

COSTE TURNO CAMPUS=188 EUROS

CAMPUS+COMIDA MEDIODÍA=243 EUROS

CAMPUS+ALOJAMIENTO (PC)=393 EUROS

FÓRMULAS DE PAGO

- EN UN SOLO PAGO
- FRACCIONADO (50% A LA INSCRIPCIÓN Y 50% ANTES DEL 20 DE JUNIO)

INGRESO EN CUENTA

BANTIERRA ES95 3191 0365 1245 5899 5322

PLAZAS MUY LIMITADAS

CAMPUS MBA:

SE OFERTAN POR TURNO 18 PLAZAS GRUPO GENERAL Y 6 PARA EL ESPECIAL

MONZÓN ÉLITE CAMP:

SE OFERTAN 60 PLAZAS

¿QUIÉN TE ENTRENA?

Claustro MBA

Diseñan y/o acompañarán en tutrabajo diario durante toda la semana. Lo componen Entrenadores Superiores, con prestigio y experiencia en formación como Jordi Bargalló (España y Francia), Carlos Gracia (ACB, EBA, Efficient Training), Ramón Lahoz (selecciones aragonesas), Guim Expósito (España y Suecia), Daniel Arcau (USA, Inglaterra, Alemania e Italia), Rodrigo Alvira (Universidad USA), Guillaume Lecocq (experiencia y organizador de Campus de perfeccionamiento y especialización en Bélgica), entre otros.

Claustro EXTERNO

Lo forman entrenadores invitados con las que trabajarás un día o parte de un día, para ampliar tu visión del juego. Suelen ser entrenadores de Selecciones Autonómicas o del baloncesto profesional.

DATOS

NOMBRE:

APELLIDOS:

FECHA NTO.:

D.N.I.:

DIRECCIÓN:

C.P.

POBLACIÓN:

PROVINCIA:

TELÉFONO:

MÓVIL:

EMAIL:

AÑOS JUGANDO A BALONCESTO:

CLUB:

TALLA DE CAMISETA APROX.:

TURNO ELEGIDO

DEL 9 AL 14 DE JULIO

DEL 16 AL 21 DE JULIO

DEL 23 AL 28 DE JULIO

AUTORIZACIÓN DEL PADRE/MADRE/TUTOR PARA ASISTIR AL CAMPUS MBA

FDO:.....

D.N.I.:.....

ENTRENAMIENTOS

Inicio y final de cada ciclo semanal

*PRIMERA CITA

El lunes en el Pabellón de Los Olímpicos a las 11 horas ya cambiados..

*CLAUSURA del CAMPUS:

Sábado sobre las 12,30 horas.

Orientación de horario diario y áreas de contenidos

*09,45 horas RECEPCIÓN (Presentación del PLAN del DÍA)

*10,00 horas CALENTAMIENTO (preparación para el trabajo)

*10,15 horas FUNDAMENTOS-1 (generales y específicos)

*10,45 horas FUNDAMENTOS-2 (generales y específicos)

*11,15 horas Break para desayuno (fruta, cereales,..)

*11,30 horas FUNDAMENTOS-3 (físico, generales y específicos)

*12,00 horas FUNDAMENTOS-4 (físico, generales y específicos)

*12,30 horas FUNDAMENTOS-5 (físico, generales y específicos)

*13,00 horas ESTIRAMIENTOS

*13,20 horas Feedback final de las sesiones matinales

*13,30 horas PISCINA, COMIDA (14,30) y DESCANSO

*17,15 horas BALONCESTO en AULA (charlas, análisis teórico,..)

*18,15 horas TÁCTICA INDIVIDUAL (Toma de decisiones)

*20,15 horas FINAL de la jornada y feedback de la jornada

*21,00 horas INTERNOS: cena, tiempo libre, descanso (24,00 h silencio)

PROGRAMAS CENTRADOS PARA APRENDIZAJE Y MEJORA

*De 9,45 horas hasta las 13,30 h.

*Piscina, Comida y tiempo personal

*De 17,15 horas hasta las 20,15 horas

Charlas, actividad pausada y detallada de trabajo físico,

técnico y toma de decisiones.

Hacer pero también conocer por qué, cómo, cuando y donde.

Masculino y femenino indistintamente.

TRABAJO EN PEQUEÑO GRUPO

*Trabajo específico en grupos reducidos (4 a 6 baloncestistas) según tus necesidades.

*No importa tu nivel, sino que quieras crecer.

*Entrenadores superiores (nacional, EBA, LEB, ligas base de países de la UE, USA)

Preparadores físicos (EBA y ACB, USA)

Claustro externo (EBA, Selecciones Autonómicas, Países de la UE)

