

NAVIDAD EN AGZ

Actividades

Vive la Navidad con AGZ Nation



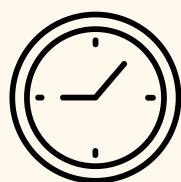
Sábado 21 de diciembre

Torneo 3x3

Inicia las vacaciones pasando una mañana de torneo en nuestra sede de Salesianos de Carabanchel para toda la familia



Salesianos de Carabanchel



De 9:30 a 15:00

Alevín-Infantil: 2011-2014, composición libre

Cadete-Junior: 2007-2010 composición libre

Senior: >2007 mixto

Veterano: nuestros padres y madres también juegan!!!

Camisetas

100€ para el equipo senior ganador

1h con máquina de tiro (MVP infantil y junior)



Domingo 22 de diciembre

Día del minibasket

También queremos tener un día especialmente pensado para los más peques del club, en formato de torneo y concursos con lo que viviremos una mañana de basket y mucha diversión



Salesianos de Carabanchel



De 9:00 a 15:00



Premios para los participantes



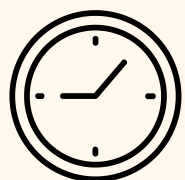
23, 26 y 27 de diciembre

Campus urbano

Tendremos tres días diferentes en los que nuestros jugadores podrán trabajar diferentes aspectos de su juego en la pista, no solo con entrenadores del club, sino con otros profesionales invitados de reconocida trayectoria. Sin duda una gran experiencia de enriquecimiento para todos



Salesianos de Carabanchel



De 9:00 a 15:00 con comida

De 9:00 a 13:45 sin comida



Camiseta conmemorativa



23, 26 y 27 de diciembre

Campus urbano

Día tipo:

9:00 Entrada

9:30 Calentamiento

10:00 Primera sesión

11:15 Descanso

11:45 Segunda sesión

13:00 Juegos

13:45 Salida



23 de diciembre

Campus urbano

Rodrigo Baleriola

El día 23 arrancaremos el campus con una sesión de tecnificación dirigida por Rodrigo Baleriola, enfocada a las finalizaciones al aro en situación de ayuda interior. Podremos aprender cosas como el floater, situaciones de paso 0, step thru, y otros recursos que nos ayudarán a anotar en ese tipo de ocasiones.

Rodri es un entrenador de dilatada experiencia a pesar de su juventud, alternando la dirección de equipos en clubes como el Real Madrid, o Fuenlabrada, diferentes categorías de la selección madrileña y la tecnificación de jugadores como Juan Núñez o Baba Miller, entre otros



23 de diciembre

Campus urbano

Kany Touré y Eva Carballo

Durante el descanso entre sesiones recibiremos la visita de Eva y Kany, quienes podrán charlar con nuestros jugadores sobre su experiencia como jugadoras en el extranjero

Eva, ya conocida en el club por su paso como ayudante del Infantil A Masculino, jugó en EEUU para Marshalltown College y Conver University mientras cursaba su licenciatura y máster en Business Analytics

Kany llegó a la Universidad de Palermo hace ya 2 años mediante una beca Erasmus y fichó por el Stella Basket, equipo de la ciudad que compite en la 2ª división italiana, en el que lleva ya 2 temporadas.

Es un lujo para nosotros poder compartir vivencias con jugadoras como ellas, que creemos que pueden ser un referente muy positivo para nuestros chicos y chicas



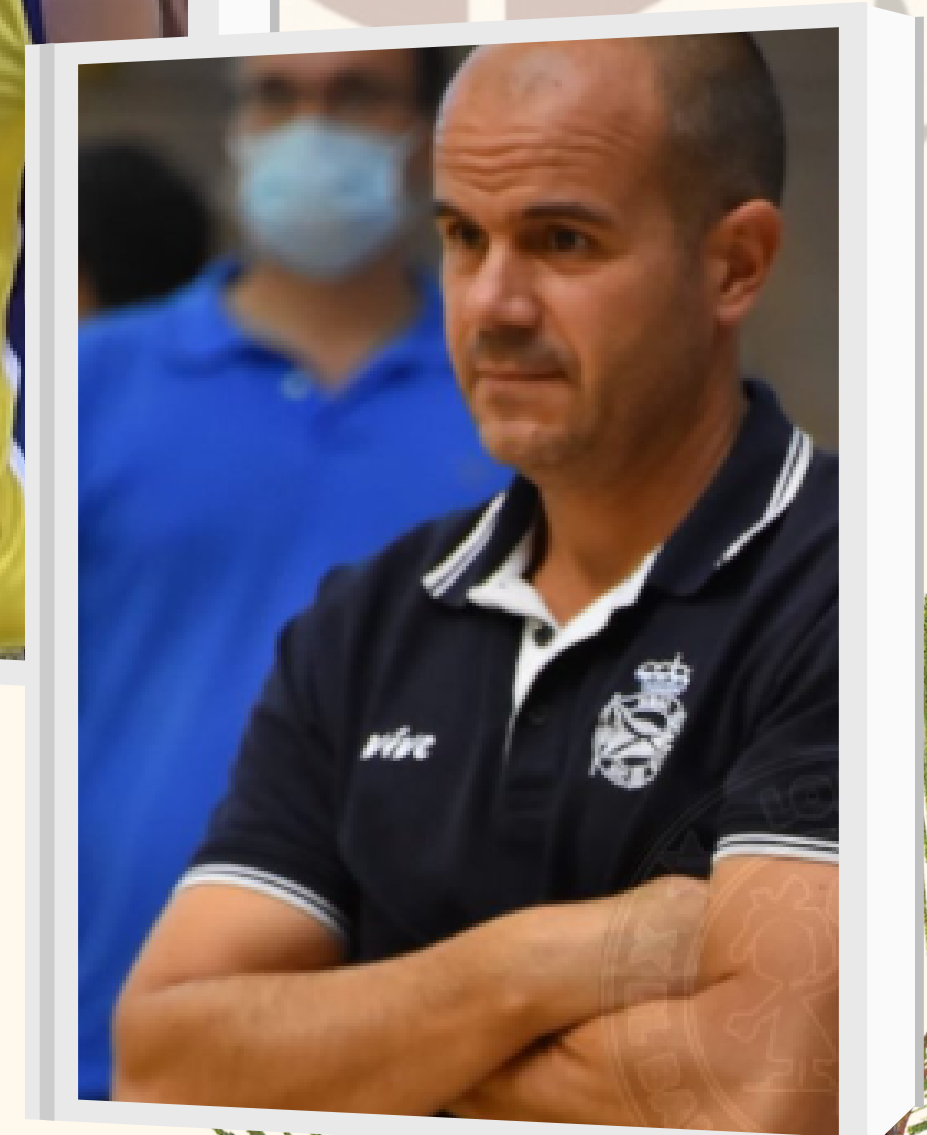
23 de diciembre

Campus urbano

Daniel Manzanero y Charly Hidalgo

Nuestro director técnico, Daniel Manzanero, con una larga trayectoria en Liga EBA (ahora Tercera FEB) y su actual entrenador en Real Canoe, Charly Hidalgo, con una larguísima trayectoria en los banquillos madrileños en el que destaca el ya mencionado Real Canoe y CB Alcobendas, nos visitarán para cerrar el primer día y trabajar recursos para anotar en situaciones próximas al poste.

Durante esta sesión pondremos el foco en el juego de pies, los contactos, las fintas y la búsqueda del equilibrio para poder anotar en este tipo de ocasiones



26 de diciembre

Campus urbano

Malén Rodríguez

El día 26 iniciaremos la mañana con una sesión de preparación física orientada a la prevención de lesiones

El objetivo será generar buenos hábitos en nuestros jugadores y enseñarles ejercicios simples que puedan realizar incluso de forma autónoma, y poder aportarles un conocimiento sobre qué tipo de trabajo preventivo puede ayudarles a vivir el deporte de una forma más segura y sana

La persona que dirigirá la sesión será Malén Rodríguez, exjugadora de baloncesto y actual preparadora física del Club de Rugby Las Rozas, que compite en la 1ª División, y de la Selección Española de Rugby a 7



ARGANZUELA

TRO

26 de diciembre

Campus urbano

Sandra Sánchez

El día 26 continuaremos con nuestra amiga Sandra Sánchez, con quien podremos trabajar situaciones de spacing.

Durante esta sesión aprenderemos a movernos sin balón para poder ayudar a los compañeros, dándoles espacio y utilizando nuestra ubicación en la cancha para tener oportunidades de generar ventajas.

Sandra es una entrenadora de enorme experiencia, habiendo sido seleccionadora de Castilla La Mancha en diferentes categorías, dirigiendo al EBA del CB Tobarra, siendo así una de las primeras mujeres en dirigir en categoría FEB masculina.



26 de diciembre

Campus urbano

Fabio Fernández

El día 26 finalizaremos la jornada con una actividad distinta.

Nuestro amigo Fabio Fernández, árbitro de Liga Endesa, acudirá a nuestro campus para realizar un taller de arbitraje con nuestros jugadores.

El objetivo es acercar la figura del árbitro, que los jugadores puedan entender lo que significa arbitrar un partido, las dinámicas y los aspectos técnicos, de manera que podamos ser más comprensivos y empáticos, y quién sabe, quizá tengamos al próximo Fabio en nuestra cantera



27 de diciembre

Campus urbano

Juan Jesús Ruiz

El día 27 iniciaremos la jornada con la visita de Juan Jesús Ruiz, exjugador de baloncesto y psicólogo deportivo.

Esta sesión es un salto de calidad para nuestro campus, ya que nos permite englobar todas las dimensiones de nuestro deporte.

Con Juanje, psicólogo con doble especialidad, clínica y deportiva, podremos hablar sobre frustración, expectativas, emociones positivas y negativas que vivimos en nuestro deporte y cómo gestionarnos, de la mano de un profesional de gran trayectoria y conocimiento de nuestro deporte.



27 de diciembre

Campus urbano

Diego Hernández

La segunda sesión del día 27 irá a cargo de Diego Hernández, entrenador con experiencia en clubes como Movistar Estudiantes, Baloncesto Fuenlabrada, CB Alcobendas y con trayectoria internacional en la Liga Universitaria de Canadá y en la G League en EEUU

La sesión de Diego estará enfocada al bote y el paso 0, y será la última de nuestro campus.

Somos muy afortunados de poder contar con entrenadores y amigos de su nivel y estamos seguros de que nuestros jugadores podrán aprender mucho de esta sesión



ARGANZUELA



27 de diciembre

Campus urbano

Cerraremos el campus de 12:00 a 13:30 con competiciones, concurso de triples, habilidades, bolsa y partido

Esperamos que nuestros campers disfruten al máximo la experiencia y se lleven muchos detalles para su “mochila de jugadores”

