



SESIÓN MONOGRÁFICA DE
MEJORA DE FUNDAMENTOS
INDIVIDUALES

FEDERACIÓN DE BALONCESTO DE MADRID



II SESIÓN MONOGRÁFICA DE MEJORA DE FUNDAMENTOS INDIVIDUALES

Con el fin de dar una especial importancia al desarrollo de los Fundamentos Individuales por situación en el campo, se organizan las **“II Sesiones Monográficas de Mejora de Fundamentos Individuales para categorías de base”**.

Estas sesiones se celebrarán durante un día de fin de semana, 4 veces al año. En estas se desarrollarán ejercicios encaminados a la mejora de Fundamentos Individuales por puestos.

Las Sesiones, se realizarán tanto para jugadores/as de canasta grande.

Los Profesores/as serán Entrenadores Superiores, que practicarán cada vez con un grupo de 12 jugadores/as ejercicios que estarán dirigidos a la mejora de sus movimientos individuales. Estos ejercicios se completarán con otros ejercicios de Fundamentos Colectivos.

En cada sesión serán invitados entrenadores/as de diferentes clubes de la Comunidad de Madrid, que se encuentren compitiendo en categoría de canasta grande.

Además se invitará a los entrenadores de los jugadores/as que asistan a estas Sesiones Monográficas de mejora Técnica.

Todos/as los entrenadores/as asistentes, podrán aprender a pie de pista estos ejercicios y aplicarlos en sus respectivos equipos.

La II Sesión Monográfica de Mejora de Fundamentos Individuales, tendrá lugar el próximo Domingo día 25 de Abril, en la INSTALACIÓN POLIDEPORTIVO ANTONIO MATA (Madrid) de 11,00 a 13,00. Lo llevará a cabo Iván MARTÍN, Entrenador Superior de Baloncesto.

ORGANIZACIÓN DE LA II SESIÓN.

DÍA 25 de ABRIL:

INSTALACIÓN POLIDEPORTIVO ANTONIO MATA.
AVENIDA DE HELLÍN 79 POSTERIOR.
11,00 a 13,00 Horas.

DESARROLLO.

11,00 a 11,35 Horas:

BLOQUEO DIRECTO (1)

11,45 a 12,20 Horas:

BLOQUEO DIRECTO (2)

12,25 a 13,00 Horas:

DIFERENTES TIPOS DE BLOQUEOS (3)

PROFESOR:

Iván MARTÍN.

GRABACIÓN Y MONTAJE DE VIDEO:

Rafael CATALÁN.

SONIDO:

Carlos GONZÁLEZ.