



# VI CAMPUS DE BALONCESTO JOSE LUIS LLORENTE

**CUENCA – 2007**  
**4 al 15 de JULIO**



Queridos amigos,

En primer lugar, quisiera aprovechar estas líneas para mandar un saludo a todos los aficionados al deporte de la canasta y daros palabras de aliento para que no os canséis nunca de practicarlo, ¡¡¡jugad al baloncesto!!

Pero regarte para que crezcas no servirá de mucho, así que déjanos que hagamos algo por ti y tu basket. Un poco de dribling,

ese tiro que va a empezar a entrar, un rebote inteligente... y serás un gigante en la pista.

Me gustaría a través de este tríptico presentaros a todos vosotros el **VI CAMPUS DE BALONCESTO JOSE LUIS LLORENTE** que tendrá lugar en Cuenca del 4 al 15 de Julio con la intención de continuar vuestra formación deportiva y con el único objetivo de completar un buen aprendizaje en este deporte, a la vez de pasar unos días inolvidables en un entorno excepcional.

## INSTALACIONES

Cuenca está situada a 160 Km de Madrid, es Ciudad patrimonio de la Humanidad. Allí además, disponemos de las mejores instalaciones para las prácticas deportivas y ocio:

- Varios Pabellones cubiertos con las mejores condiciones (vestuarios amplios, gimnasio, cafetería, salas temáticas)

- Canchas exteriores de baloncesto
- Piscina aire libre
- Parques y espacios verdes

En la misma manzana de los Pabellones y en una situación privilegiada, se encuentra la Residencia Universitaria Alonso Ojeda, en la que nos alojaremos en régimen de pensión completa, en habitaciones dobles con baño. Contaremos con los siguientes servicios:

- Comedor, Bar-cafetería
- Sala de juegos y música. Biblioteca, Internet
- Salas de TV y vídeo con Proyector
- Salón de Actos
- Pistas deportivas descubiertas
- Juegos de Mesa, Ping pong, fútbolín, billar
- Teléfono público

## DESARROLLO TECNICO SEMANAL

Nuestro Campus se diferencia de otros en su nivel técnico, foco en la mejora individual y calidad en el trabajo de basket. Todos los jugador@s son encuadrados dentro de grupos de trabajo por niveles para las sesiones técnicas, y en equipos determinados para las distintas competiciones. Siempre a las órdenes de un entrenador y un ayudante concretos. Durante todo el Campus desarrollan entrenamientos muy variados y competiciones de los más diversos tipos.

Los entrenamientos y las competiciones se desarrollan a lo largo de todo el Campus, terminando los dos últimos días con las finales. El último día se procede a la entrega de premios (Campeones de cada competición y concurso y en cada categoría los MVPs, mejores en Rebote, Defensa, Pasador/a, Jugador/a más mejorado, jugador/a de equipo,...). Tendremos nuestros partidos "All Star", "Entrenadores contra jugador@s"... Cada jugador/a recibirá su Diploma e Informe Técnico.



Un día típico sería:

**08:30** Levantarse

**09:00** DESAYUNO

**10:00** 1ª Sesión Entreno: Técnica individual x estaciones:

- 1.- Movimiento de pies. Coordinación aplicada
- 2.- Manejo de balón. Bote. Salidas y Paradas
- 3.- Tiro
- 4.- Pase
- 5.- Rebote
- 6.- Defensa

8.- Movimientos cerca del aro

**11:15** 2ª Sesión Entrenamiento: Táctica individual

- 1.- 1x1
- 2.- Movimientos básicos en 2x2 y 3x3
- 3- Contraataque

**12:30** Otras actividades:

- Piscina - Deportes alternativos

**13:45** COMIDA

**14:30** Descanso y dispersión

**16:15** Conferencia técnica y sesiones de video de los entrenamientos de la mañana

**17:00** 3ª Sesión Entreno: Trabajo avanzado por puestos. Evolución del trabajo de la mañana

**17:30** MERIENDA

**17:40** Competiciones individuales y colectivas

- 1.- Tiro: T. libres, T. de campo. Triples
- 2.- Manejo de balón. Circuito habilidades
- 3.- Hot shots. Tips & shots. Two & ball. 2 & 1
- 4.- 3 x 3
- 5.- Situaciones especiales (finales de partido)

**18:45** Partidos

Entrenamiento de equipo. Instrucción individual cara a los partidos del día. Conclusiones de los mismos.

**20:15** Aseo individual y de habitaciones

**21:00** CENA

**21:45** Veladas. Actividades especiales. Cine. Deportes alternativos y juegos de salón colectivos

**23:30** Descanso

Se planifican en detalle todas los entrenamientos, cargas de trabajo, con una rotación de entrenadores y variedad de sesiones, descansos incluidos, que permita optimizar el aprovechamiento.

## OTRAS ACTIVIDADES ADICIONALES

El Campus está orientado a la práctica del baloncesto, sin embargo se considera imprescindible el descanso, el ocio, la relación interpersonal y la formación multideportiva de los jugadores. Para ello todos los días contaremos con un programa que incluye entre otras: piscina, actividades al aire libre, otros deportes, juegos, gymkhanas, competiciones (desde mus a karaoke), baile y otras sorpresas que os tenemos preparadas.

Dentro del programa tenemos previsto entre otras: hacer una Visita guiada por Cuenca, ir al Museo de la Ciencia y Planetario, realizar una excursión por las cercanías, ir al cine.

## COSTE DEL CAMPUS

Por último, el coste será de 570 euros para el Campus de 12 días (Desde el Miércoles 4, hasta el 15 Julio Domingo) Los 2º hermanos contarán con un descuento de 50€

Este precio incluye todo: Viaje en Autobús, Pensión completa en residencia Universitaria (Desayuno + Comida + Merienda + Cena + Habitaciones dobles con baño), Instalaciones deportivas, Material deportivo, Seguro, Excursiones, Actividades adicionales, Entrenadores, Monitores Tiempo libre, Médico y Fisioterapeutas, Botiquín, Certificado Asistencia, Informe Técnico, etc

Como habréis visto, por la cantidad y calidad de actividades e instalaciones que componen este programa, todos los entrenadores que lo formamos hemos intentado organizar el mejor Campus, que se adapte a vuestras altas exigencias, para que, disfrutando en todo momento durante estos días, mejoréis vuestro juego.

Si os surgiera alguna duda al respecto no dudéis en contactar con Antonio (626 822 894) o Javier (680 401 888), también a través de correo electrónico [campusjoseluisllorente@telefonica.net](mailto:campusjoseluisllorente@telefonica.net) responderemos a todas vuestras dudas.

Confiamos en que la organización de este Campus sea de vuestro agrado y esperando contar con vosotros/as este verano para seguir mejorando en nuestro deporte os saluda atentamente

*José Luis Llorente*





Castilla-La Mancha



AYUNTAMIENTO DE CUENCA



INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTES  
CUENCA

El cuadro técnico



Las más novedosas formas de entrenar



Y los verdaderos protagonistas



## BOLETIN DE INSCRIPCIÓN al VI CAMPUS de BALONCESTO J. LUIS LLORENTE - Julio 2007

Apellidos		Nombre		DNI		Fecha Nacimiento	
Domicilio				Población		Código Postal	
Teléfono casa		Teléf móvil		e-mail			
Club o colegio:		Años práctica basket:		Talla camiseta		Estatura:	
Ha estado en nuestro Campus en años anteriores:						Peso:	
Consideraciones médicas sobre el/la niño@:				Autorización padres: (Firma y DNI)			

Ingreso a realizar **Campus básico (12 días) 570€ - Aplica descuento por 2º hermano: SI/NO - 50€**

Todas las inscripciones, independientemente de la forma de pago, quedarán formalizadas enviando esta solicitud cumplimentada + comprobante de pago bancario si se realiza el mismo mediante transferencia a la cuenta **0128 0018 51 0100022164** a la atención del **CAMPUS JOSE LUIS LLORENTE** a la siguiente dirección: C/ Nieremberg, 8-4ºO, Madrid-28002. También enviando Inscripción + copia escaneada del este comprobante a la dirección: [campusjoseluisllorente@telefonica.net](mailto:campusjoseluisllorente@telefonica.net)

La inscripción supone aceptar la Normas de Utilización de la Residencia Universitaria y de las Instalaciones Deportivas. El incumplimiento de las mismas podría suponer la exclusión del Campus

Una vez enviada la solicitud de inscripción recibiréis en casa más información acerca del Campus. (En caso de renuncia se devolverá el 75% de lo abonado)



# VI CAMPUS DE BALONCESTO JOSE LUIS LLORENTE

**Cuenca**

**Del 4 al 15 de Julio**

El precio Incluye: Transportes ida/vuelta desde Madrid

Alojamiento en residencia universitaria habitaciones dobles con baño

Pensión completa: desayuno, comida, merienda y cena (Supervisada por Médico)

Todas las actividades e instalaciones adicionales

Material deportivo abundante: camisetas, pantalones

Entrenadores y Monitores de tiempo libre, Médico y Fisioterapeuta

Seguro, Botiquín, etc.

Contactar en: [campusjoseluisllorente@telefonica.net](mailto:campusjoseluisllorente@telefonica.net)

Antonio: 626 822 894 / Javier: 680 401 888