

INFORMACIÓN IMPORTANTE SOBRE EL CAMPUS.

DÍA DE COMIENZO: Viernes día 1 de Julio a las 9:15 AM.

Lugar: Puerta del polideportivo del Buen Consejo.

- Presentación de los jugadores y entrenadores.
- Comienzo de los entrenamientos.

ÚLTIMO DÍA DE CAMPUS: Viernes 8 de julio a las 14:30 horas.

Lugar: puerta del polideportivo Buen Consejo.

- Competiciones finales.
- Entregan de diplomas.
- Foto de familia, despedida y cierre.

CRONOGRAMA DEL CAMPUS*

	VIERNES 1	SABADO 2	LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7	SÁBADO 8
9:15	RECEPCIÓN DE JUGADORES, CAMBIO DE ROPA, INDICACIONES DEL DÍA							
9:30	TRABAJO FÍSICO	TÉCNICA INDIVIDUAL 2	TRABAJO FÍSICO	TÉCNICA INDIVIDUAL 4	TRABAJO FÍSICO	TÉCNICA INDIVIDUAL 6	TRABAJO FÍSICO	TÉCNICA INDIVIDUAL 8
10:45	DESCANSO Y RECUPERACIÓN (FRUTA & ZUMO)							
10:45-11:15	TÉCNICA INDIVIDUAL 1	TRABAJO FÍSICO	TÉCNICA INDIVIDUAL 3	TRABAJO FÍSICO	TÉCNICA INDIVIDUAL 5	TRABAJO FÍSICO	TÉCNICA INDIVIDUAL 7	TRABAJO FÍSICO
12:30	DESCANSO Y RECUPERACIÓN (SNACK)							
12:30-13:00	DESCANSO Y RECUPERACIÓN (SNACK)							
13:00	SESIÓN DE TIRO (Técnica de tiro, repeticiones y situaciones específicas de tiro)							
13:40	COMPETICIONES VARIADAS (5X5; 3X3; 1X1; CONCURSOS DE HABILIDADES)							
14:30	RECOGIDA DE JUGADORES							
14:30	RECOGIDA DE JUGADORES							
15:00	COMPETICIONES VARIADAS (2X2; 3X3; 1X1; CONCURSOS DE HABILIDADES)							
15:00	COMPETICIONES VARIADAS (2X2; 3X3; 1X1; CONCURSOS DE HABILIDADES)							

***Recordar que el domingo 3 de julio no hay entrenamientos.**

TELÉFONOS DEL CAMPUS:

Carlos Hidalgo (director): 619864685.

Guillermo Campos (Coordinador técnico): 633659246

Álvaro Manzanares (responsable jugadores): 680191328

Madrid del 1 al 8 de julio.

QUÉ ME LLEVO CADA DÍA:

Distinguimos en cosas imprescindibles a llevar y aconsejables.

Imprescindibles:

- Medicación propia si la necesitas.
- Zapatillas de Baloncesto (las vas a usar mucho) y ropa deportiva ligera.
- Bidón de agua. Si la traes fresquita de casa mejor.

Aconsejable:

- Zapatillas de correr, para las preparaciones físicas o psicomotricidad (los más pequeños). Muy recomendable.
-

QUE ME DAN EN EL CAMPUS CADA DÍA:

- Material para entrenamientos y preparaciones físicas.
- Almuerzo: fruta, zumo, snack.

SEGUIMIENTO DEL DÍA A DÍA EN REDES SOCIALES:

Una de nuestras entrenadoras irá colgando información en:



Twitter: @SummercampMDMD ó @masdeportemasdiversion

Instagram: basket_summercamp7

Web: www.masdeportemasdiversion.com

PATROCINADORES Y COLABORADORES:

Madrid del 1 al 8 de julio.

Son varias las empresas que han colaborado en ediciones anteriores con nosotros.



LO MÁS IMPORTANTE, VUESTROS HIJOS.

