# CLUB BALONCESTO OCTAVUS

## I Jornadas Tecnificación " VERANO 2022"

**DEL 27 DE JUNIO AL 1 DE JULIO**

**Complejo deportivo LAS FUENTES**

**Horarios: 09:00 - 15:00 Horas**

BALONCESTO - PISCINA

Estaciones de tecnificacion

Ejercicios en Inglés

y mucho mas . . .

Desde BENJAMÍN a CADETE

CLUB BALONCESTO OCTAVUS

# INTRODUCCIÓN:

## CLUB BALONCESTO OCTAVUS

**CLUB BALONCESTO OCTAVUS** es un club deportivo sin ánimo de lucro cuyo único fundamento es la promoción y desarrollo del Baloncesto en nuestra localidad, organizando y desarrollando actividades encaminadas a la formación, tanto en valores como deportivos para los chicos y chicas de nuestra localidad. UTEBO.

Para ello organizamos tanto torneos, clínics, como actividades deportivas encaminadas al desarrollo de nuestros jugadores y jugadoras

Actividades destacadas:
TECNIFICACIÓN NAVIDAD
TECNIFICACION VERANO
TORNEOS
3X3

# INTRODUCCIÓN:

## I JORNADAS TECNIFICACIÓN VERANO 2022

**CLUB BALONCESTO OCTAVUS** ademas de promover y organizar durante los periodos lectivos, las diversas actividades que se van desarrollando, como entrenamientos, encuentros de liga etc... a lo largo de la temporada con el fín de potenciar entrenamientos y desarrollar aptitudes de nuestros jugadores y jugadoras, con la ayuda del **staff técnico del Club**, desarrolla un amplio e intenso programa de actividades durante estas jornadas.

Se coordinan entrenamientos en pista, con estaciones en inglés, adaptados a la edad de los chicos y chicas con el objetivo primordial de la educación deportiva y dado las fechas de la realización de las Jornadas, se desarrollaran a la par, actividades en la piscina con el equipo técnico de AQUATICA.

Un complemento ideal, antesala del periodo vacacional, en el que, guiados por nuestro equipo técnico, los chicos-as siguen desarrollando su creatividad y los valores del trabajo en equipo.

# INFORMACIÓN I JORNADAS TECNIFICACIÓN VERANO 2022

## A QUIÉN VA DIRIGIDO

**Estas I JORNADAS TECNIFICACIÓN VERANO 2022** están dirigidas a niños y niñas de categorías entre ALEVÍN y CADETE, con un máximo de 40 plazas.

Unas Jornadas de TECNIFICACIÓN complementarias a la rutina diaria de entrenamientos, realizada para todos los niveles y adaptadas a las necesidades de cada chico y chica.

Para ello tendremos entrenamientos y ejercicios adaptados a todos los jugadores/as, que estarán divididos en tres grandes ejes.

- **Ejercicios de TIRO - PASE - BOTE - TWO BALL - 3X3 - COMPETICIÓN**
- **Clase de Inglés específico**
- **Actividades en piscina dirigidas por monitores de AQUATICA**

Los horarios de entrenamiento y las sesiones serán adaptados en función de las edades y nivel de los grupos.

*** Último día de Inscripción 23 de JUNIO.**

# INFORMACIÓN I JORNADAS TECNIFICACIÓN VERANO 2022

## FECHAS DE CELEBRACIÓN

Estas **I JORNADAS TECNIFICACIÓN VERANO 2022** se celebrarán durante la última semana del mes de junio desde el 27 hasta el 1 de Julio.
La recepción y recogida de los participantes, tendrá lugar en el COMPLEJO LAS FUENTES, donde iniciaran su actividad en el Pabellón Deportivo, finalizando la Jornada en las Piscinas.

**HORARIOS:**

Entrada instalaciones: COMPLEJO LAS FUENTES: 09:00 HORAS.
Inicio Actividad: 09:00 HORAS.
Piscinas: 13:00 HORAS.
Recogida: 15:00 HORAS

** Horarios diarios aproximados*

# INSTALACIONES:

## COMPLEJO DEPORTIVO LAS FUENTES

Pabellón polideportivo, totalmente equipado, cuenta con todo el material necesario para la realización de los entrenamientos y prácticas de baloncesto.

# INSTALACIONES:

## COMPLEJO DEPORTIVO LAS FUENTES

Piscinas Municipales de Utebo.

# INFORMACIÓN I JORNADAS TECNIFICACIÓN VERANO 2022

## PROGRAMA DIARIO

| HORARIO | CANASTA A | CANASTA B | CANASTA C | CANASTA D |
|---|---|---|---|---|
| 09:00 | TWO BALL | TIRO LIBRE | | |
| 09:30 | | INGLES ESPECIFICO BASKET | | |
| 10:00 | TIRO 1 | PASE 2 | BOTE 3 | MINI TIRO |
| 10:30 | TIRO 2 | PASE 3 | BOTE 1 | MINI BOTE |
| 11:00 | | DESCANSO - ALMUERZO | | |
| 11:20 | TIRO 3 | PASE 1 | BOTE 2 | MINI PASE |
| 11:50 | | | | INGLES ESPECIFICO |
| 12:20 | | COMPETICION 3X3 | | TWO BALL / TIRO LIBRE |
| 12:40 | | | | PARTIDOS |
| 14:30 | | | | |
| 13:00 | | A LA PISCINA | | |
| 13:15 | | ACTIVIDADES DIRIGIDAS POR MONITORES DE AQUATICA | | |
| 15:00 | | RECOGIDA | | |

** Horarios diarios aproximados, libres de modificación por el equipo técnico del Club.*

# INFORMACIÓN: I JORNADAS TECNIFICACIÓN VERANO 2022

## ACTIVIDADES - CONCURSOS

| | |
|---|---|
| **TWO BALL** | **Por parejas y durante 1 minuto. Las 5 mejores parejas pasaran a la final.** |
| **TIRO LIBRE** | **Todos tiraran 2 series de 10 7/l y se sumaran. Los 5 mejores pasaran a la final.** |
| **3x3** | **Cuadrante de equipos jugaran partidos de 8 minutos.** |
| | **(Los 4 mejores jugaran semi y final el utimo dia)** |
| **4 GRUPOS** | **MAXIMO 40 PAX.** |
| **COMPETICIONES:** | |
| **DIA 1:** | **TIRO LIBRE** |
| **DIA 2:** | **TWO BALL** |
| **DIA3:** | **3X3** |
| **DIA 4:** | **FINALES TIRO LIBRE y TWO BALL** |
| **DIA 5:** | **FINALES 3X3** |

# INFORMACIÓN DEL CAMPUS

## CUERPO TÉCNICO & STAFF

**DAVID RIVAS**
**DIRECTOR DEPORTIVO**

**LEYRE VITORIA**
**ENTRENADORA CB. OCTAVUS**

**NACHO PER**
**ENTRENADOR CB. OCTAVUS**

**RODRIGO PARDO**
**ENTRENADOR CB. OCTAVUS**

# INSCRIPCIONES Y PRECIOS

## QUÉ INCLUYEN LAS JORNADAS TECNIFICACIÓN VERANO 2022

**LAS I JORNADAS TECNIFICACIÓN VERANO 2022,** organizadas por CLUB BALONCESTO OCTAVUS con la colaboración del Ayuntamiento de Utebo. incluyen:

- Entrenamientos de baloncesto adaptados por edades y nivel.
- Acceso diario a la piscina.
- Equipación oficial de de las Jornadas
- Entrenadores y monitores titulados.
- Agua... Fruta...

El precio de inscripción **JORNADAS TECNIFICACIÓN VERANO 2022** es: **95 €**

# INSCRIPCIONES Y PRECIOS

## INSCRIPCIÓN Y PAGO

Para realizar la inscripción a **LAS JORNADAS TECNIFICACIÓN VERANO 2022** hay que seguir los siguientes pasos:

**1º)** Ingreso de **95 €** para confirmar la reserva de la plaza, antes del 23 de Junio, al siguiente número de cuenta:

Ingreso en Laboral Kutxa (Av. Zaragoza, 52 Utebo).
N.º de cuenta de CB. OCTAVUS: ES03-3035-0368-10-3680005208

**IMPORTANTE:** indicar en concepto el nombre del jugador o jugadora.

Obligatorio rellenar esta hoja de inscripción y enviarla **ANTES DEL 10 de JUNIO** por **e-mail a: cboctavusdirectordeportivo@gmail.com o entregarla personalmente, a nuestro Director Deportivo David Ribas**

**2º)** Presentar justificante del ingreso el día de la presentación y formulario de inscripción.

***FORMULARIO INSCRIPCIÓN AQUÍ:***

# INSCRIPCIONES:

Nombre Jugador: _____
D.N.I: _____
Domicilio: _____
Localidad: _____
C.P: _____
Telefono de contacto: _____
E.Mail: _____

Categoría: _____

Talla Camiseta: XS S M L XL

***FORMULARIO INSCRIPCIÓN AQUÍ:***

# CONTACTO y más información:

Para realizar cualquier consulta, pueden contactar con nosotros de la siguiente forma:

E-mail: Teléfonos: Directiva: CB OCTAVUS <cboctavusdirectiva@gmail.com>

Director deportivo:

David Ribas cboctavusdirectordeportivo@gmail.com

Telefono: 669 001 766

http://www.cbjuventudutebo.com/

# NUESTRO AGRADECIMIENTO A:

BRITLAND
FORMACIÓN

Apartamentos
3000.com
Líderes en Alquiler Vacacional

WAY FRUIT

CLUB BALONCESTO OCTAVUS