

elite sports programs

basketball



Campus  
tecnificación  
Minibasket  
Zarautz  
Junio 2014



# Campus **TECNIFICACION** minibasket ZARAUTZ **2014**

Respira  
baloncesto  
24 horas

4 horas de basquet + 1h30 inglés + actividades + liga 3x3

1 semana

22 al 28 de Junio 2014

tecnificación de minibasket

entrenadores cualificados

campus interno o externo

tarde de playa y barracas

Colegio La Salle de Zarautz

## ÍNDICE

3	Objetivos del campus
4	Características generales del campus
5	Sesiones de entrenamiento de minibasket
6	Horario
7	Curso de inglés
8	Actividades
9	Alojamiento, comidas y otros servicios
10	Información útil
11	Proceso de inscripción



Cercas Bajas, 15 01001 Vitoria



945 773 125



675 168 440

E-mail: [info@elite-sports-programs.es](mailto:info@elite-sports-programs.es)

Web: [www.elite-sports-programs.es](http://www.elite-sports-programs.es)

# Campus **TECNIFICACION** minibasket ZARAUTZ 2014

Entrenador del Campus  
Shav Miller

elite sports programs

## ENTRENAMIENTOS EN INGLÉS Y ESPAÑOL

Campus de minibasket de tecnificación con entrenamientos en inglés y español y entrenadores profesionales españoles y americanos.

## ENTRENADORES ESPECIALIZADOS

Entrenadores con experiencia contrastada en la formación técnica y personal.

## OBJETIVOS DEL CAMPUS DE MINIBASKET

### Mejorar los fundamentos de minibasket

Desarrollar hábitos físicos fundamentales en la práctica del baloncesto, introducir los conocimientos tácticos del baloncesto —juego en equipo—, equilibrar el trabajo realizado durante la temporada.

### Divertirse jugando

Dar un enfoque positivo a la competición: jugamos para divertirnos; transmitir el baloncesto como una opción de ocio sana para practicar con los amigos y amigas; adquirir una conciencia de respeto y conservación medio-ambiental.

Lugar	Zarautz, 15 kms de San Sebastián
Fechas	22 al 28 de Junio 2014
Duración	1 semana
Edades	Niños y niñas de 8 a 11 años
Opciones	Campus interno o externo
Alojamiento	Colegio La Salle Zarautz
Grupos	1 entrenador cada 10 jugadores
Entrenamientos	4 horas diarias
Liga 3x3	1 hora diaria
Inglés	1 hora 30 minutos diarios

# Campus **TECNIFICACION** minibasket ZARAUZ 2014



## CARACTERÍSTICAS DEL CAMPUS DE MINIBASKET ZARAUZ 2014



### Entrenamientos

5 horas diarias de entrenamientos de tecnificación de minibasket de 10:00 a 12:00, 17:00 a 19:00 y de 21:30 a 22:30.

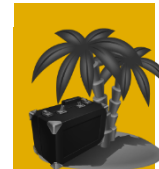
Entrenadores españoles y extranjeros.



### Inglés

Clases de 1h30 minutos cada día por la tarde en grupos reducidos con el fin de que la progresión en el aprendizaje sea mayor.

Profesores de inglés especializados.



### Actividades

Juegos en el colegio donde se alojan, tarde de playa y salida a la zona ferial de Zarauz.

Comida de despedida del campus con las familias.



### Alojamiento

Colegio La Salle situado en las afueras de Zarauz, con zonas de literas separadas para niños y niñas, campo de fútbol y zonas de esparcimiento, además de canchas de baloncesto cubiertas.



### Comidas

Alojamiento en régimen de pensión completa.

Los jugadores reciben además un refuerzo alimentario durante los entrenamientos y antes de acostarse.



### Otros servicios

Seguro de viaje, médico, de accidentes y de responsabilidad civil para todos los participantes tanto internacionales como españoles.

Aquellos participantes que lo deseen pueden contratar un seguro de cancelación.



# Campus **TECNIFICACION** minibasket ZARAUTZ 2014



## COLEGIO LA SALLE: CANCHAS, ALOJAMIENTO, COMIDAS Y OTROS SERVICIOS

### COLEGIO LA SALLE DE ZARAUTZ

El colegio situado en las afueras de Zarautz cuenta con aulas, salas para uso durante el tiempo libre, canchas de baloncesto cubiertas y descubiertas, zona de dormitorios con literas para niños y niñas, comedor, campo de fútbol, frontón.



### ALOJAMIENTO EN PENSIÓN COMPLETA

3 COMIDAS + REFUERZO  
ALIMENTICIO ANTES DE IR A  
DORMIR

Comidas adaptadas la edad de los participantes y al esfuerzo físico que realizan.

### SEGURO PARA TODOS LOS PARTICIPANTES

SEGURO DE VIAJES, ACCIDENTES,  
ENFERMEDAD Y RESPONSABILIDAD  
CIVIL

### SERVICIOS OPCIONALES

- Servicio de recogida en los aeropuertos de San Sebastián y de Bilbao, de las estaciones de trenes y de autobuses de San Sebastián
- Seguro de cancelación

Todas las  
instalaciones  
en el mismo  
lugar

...

Maximo  
control y  
seguridad  
para los  
participantes



## ENTRENAMIENTOS DE BALONCESTO



### ENTRENAMIENTOS DE MAÑANA CUATRO BLOQUES DE TRABAJO

- psicomotricidad: posición básica, equilibrio, desplazamientos y juego de pies
- técnica de bote y pase: tipos, decisión y elección del tipo
- técnica de tiro: entradas, tiro exterior y tiro libre
- técnica básica defensiva: posición básica, desplazamientos, rebote defensivo

Grupos de trabajo homogéneos durante los entrenamientos de mañana  
Grupos según nivel en los entrenamientos de tarde. 10 jugadores por entrenador.  
Entrenadores especializados y 1 fisioterapeuta

### ENTRENAMIENTOS DE TARDE

#### PROGRESIÓN Y DESARROLLO DE LOS FUNDAMENTOS

- recursos en el 1x1
- 1x1 + compañero (inicio de la táctica y estrategia)
- 2x2, inicio a la asociación, juego en equipo —estrategia
- 3x3, juego colectivo
- 5x5, juego colectivo

### COMPETICIÓN NOCTURNA

#### LIGA INTERNA DE 3X3

Con el fin de que los niños y niñas disfruten de forma menos dirigida practicando baloncesto, canalizando mediante el juego todos los objetivos, actitudes y valores que trabajamos en el campus a diario, todas las noches se organiza una liga 3x3.

## ENTRENADORES



Shay Miller  
Jugador profesional



Unai Eizagirre  
Ldo. Actividad Física y del Deporte



Patxi Ortiz de Zárate  
Entrenador Superior de baloncesto

## PROGRAMA DE ACTIVIDADES DIARIO



8'30	Despertar	
9'00	Desayuno	
9'45	Calentamiento	CIRCUITO DE HABILIDADES TÉCNICAS Y FÍSICAS BÁSICAS PARA MINIBASKET
10'00	Técnica individual	
10'25	Agua	
10'30	Técnica individual	
10'55	Refuerzo alimentario	
11'05	Técnica individual	
11'30	Agua	
11'35	Técnica individual	
12'00	Estiramientos	
12'10	Higiene personal	
12'30	Tiempo libre	
13'15	Comida	
14'00	Descanso	
15'30	Clase de idioma	
17'00	Calentamiento	PROGRESIÓN Y DESARROLLO DE LOS FUNDAMENTOS LLEVADOS AL JUEGO COLECTIVO
17'10	Entrenamiento de grupo	
17'50	Refuerzo alimentario	
18'00	Entrenamiento de grupo	
18'45	Estiramientos	
19'00	Higiene personal	* Fin Campus Externo
19'30	Tiempo libre	
20'15	Cena	
21'00	Tiempo libre	
21'30	Competición nocturna	ACTIVIDAD CON ENFOQUE LÚDICO: ESPONTANEIDAD DE LO APRENDIDO
22'30	Higiene personal	
23'00	Refuerzo alimentario	
23'30	Descanso	





## CURSO DE INGLÉS PARA NIÑOS

### CLASES COMUNICATIVAS PARA APRENDER A HABLAR EN INGLÉS

Clases de inglés basadas en una metodología activa y práctica, enfocada hacia la comunicación oral, para garantizar un aprendizaje de forma natural.

El objetivo fundamental de las clases es que los niños aprendan inglés de manera divertida, en situaciones reales de comunicación, usando para ello juegos, comics, canciones, ejercicios interactivos, manualidades, representaciones, videos, etc.

En las clases de inglés para niños enfocamos el aprendizaje de todas las áreas del idioma de manera práctica y participativa.

Para  
aprender  
inglés en clase  
y mientras  
juegas al  
baloncesto

- Cada día los niños tienen 1 hora y media de clase de inglés o de español para extranjeros.
- Los niños reciben el material para las clases que está totalmente adaptado a su edad e intereses.
- Grupos reducidos, entre 6 y 10 alumnos por clase.
- Tras una pequeña entrevista el primer día se establecen diferentes niveles
- Las clases tienen como objetivo que los niños aprendan y al mismo tiempo se diviertan aprendiendo.



# Campus **TECNIFICACION** minibasket ZARAUTZ 2014



## ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE

### PARA PASARLO BIEN



La actividad principal en el Campus de tecnificación es, por supuesto, el baloncesto y los participantes viven, respiran y sueñan con baloncesto.

Pero además, hay otra serie de actividades para disfrutar, pasárselo bien y practicar otros deportes.

**Monitores y  
fisioterapeuta  
durante todas  
las actividades**

Y entre tanto baloncesto y actividades, después de comer, recomendamos una actividad fundamental: UNA SIESTA

### PRACTICA OTROS DEPORTES Y JUEGOS

DEPORTES AL AIRE LIBRE Y EN LAS  
SALAS DEL COLEGIO

- Pala en el frontón
- Fútbol
- Gymkhanas y juegos de reconocimiento
- Zona de juegos de mesa en el colegio
- Sala de televisión

### SALIDAS Y ACTIVIDADES EN ZARAUTZ

DISFRUTA DE LA PLAYA Y DE LAS  
BARRACAS

- Tarde de playa el miércoles
- Visita al centro de Zarautz y a las barracas del recinto ferial de aprovechando las fiestas de Zarautz

la  
seguridad  
de los  
participantes

...

Una  
prioridad

# Campus **TECNIFICACION** minibasket ZARAUTZ 2014



## PARA TRAER AL CAMPUS E INFORMACIÓN ÚTIL

### DÍA DE LLEGADA

**Internos:** domingo entre 16:00 y 17:00

**Externos:** 17:00

*\* En caso de llegada antes de esta hora, habrá un monitor en la residencia para acompañar a los participantes. La comida de este día no está incluida en el precio del campus.*

### DÍA DE SALIDA

**Externos:** de domingo a viernes a las 19:00

**Internos:** Sábado después de la comida, entre 16:00 y 17:00

## PARA TRAER AL CAMPUS

### ROPA DE ENTRENAMIENTO

10 camisetas, 5 pantalones de deporte,  
5 pares de calcetines  
2 pares de zapatillas de baloncesto (nunca zapatillas nuevas)  
1 sudaderas o 1 chándal

### ROPA DIARIA

Pantalones cortos, pantalones largos, camisetas  
Chaqueta/jersey y 1 chubasquero fino  
Calcetines, ropa interior y pijama  
Toalla de ducha, toalla de playa, 1 traje de baño  
Chanclas para la ducha. Secador de pelo  
Protección solar

. \* Poner el nombre del participante o sus iniciales en todo

### DOCUMENTOS, MEDICINAS

DNI o Pasaporte (original y copia). 1 fotografía  
Medicación si fuese necesaria en su recipiente original, junto con instrucciones de dosificación específicas para la persona responsable del Campus o del centro de salud. Toda medicación prescrita debe ir acompañada de una autorización para recibir tratamiento médico  
Autorización de los padres.

Certificado médico

\* Si el participante lleva gafas o lentillas, es recomendable que traiga 2 pares de gafas  
Tobillera, rodillera muñequera u otro tipo de protección que suela emplear.

Compeed ampollas.

### PARA LAS CLASES DE ESPAÑOL O DE INGLÉS

Diccionario de bolsillo.

Material para las clases (cuaderno, bolígrafos...)

### OTROS ARTÍCULOS

Mochila o algo similar para las actividades fuera del Campus.

Cámara de fotos y pilas

Teléfono móvil (y cargador)

## CÓMO LLEGAR AL CAMPUS



### DIRECCIÓN

La Salle Kalea  
20800 Zarautz (Gipuzkoa)

Coordenadas GPS:

43.278836, -2.175954

# Campus **TECNIFICACION** minibasket ZARAUTZ 2014



## CÓMO INSCRIBIRSE EN EL CAMPUS

- Las inscripciones de los participantes se realizan a través del formulario on-line.  
<http://www.elite-sports-programs.es/campus-minibasket-Zarautz-inscripcion.html>
- Si desean inscribir en el campus más de un jugador, por favor rellenen una inscripción para cada uno e indiquen el nombre del jugador o jugadora con el que viene en el apartado correspondiente.
- Cuando recibamos la inscripción, en un plazo máximo de 2 días laborables enviaremos un e-mail con el coste del campus según los servicios seleccionados y las instrucciones para realizar el pago.
- La inscripción no es válida hasta que no recibamos el justificante del pago del campus. La adjudicación de plazas en el campus se realiza según el orden de llegada de las inscripciones y sus correspondientes pagos.
- Si tiene cualquier duda o pregunta, no dude en ponerse en contacto por e-mail con nosotros.

### precios campus 2014

campus interno: 445 €  
campus externo: 350 €

### el precio incluye

22 al 28 de Junio 2014  
alojamiento en pensión completa para participantes internos y comida para los participantes externos  
tecnificación de minibasket (4 horas de basquet + liga 3x3) con entrenadores cualificados  
1h30 de lunes a viernes de clases de inglés  
actividades de tiempo libre en el colegio  
tarde de playa y barracas  
1 camiseta campus

### otros servicios

#### **Servicio de recogida y traslado**

Aeropuerto de Bilbao: 130 €  
Aeropuerto de San Sebastián: 65 €  
Aeropuerto de Biarritz: 85 €  
Estación de tren o de autobuses de San Sebastián: 45 €

#### **Seguro de cancelación**

Hasta 500 € - 34 €  
Entre 500 € / 1000€ - 55 €

**Comida final de campus** para familiares  
previa reserva: 8 €





elite **SPORTS** programs

windsurfing golf basketball tennis football swimming  
...

elitesports     

