



JOC PER PARELLES

Del 20 al 23 de juny

TIR

Del 24 al 27 de juny



Nois i noies nascuts entre 1998 i 2002

Tecnificació d'alt nivell amb destacats jugadors
i entrenadors catalans del màxim nivell

350€ cada torn



Federació Catalana
de Basquetbol

TECNIESTIU 2015 CUNIT

L'FCBQ us ofereix un nou format de Campus: El TecniEstiu. Es tracta d'un Campus on els jugadors treballaran de forma específica diferents aspectes de millora tècnica-tàctica.

El TecniEstiu es dividirà en dos torns, on es treballaran el Joc per Parelles i el Tir a Cistella amb entrenaments individuals de tir amb una màquina que ofereix la possibilitat de realitzar un treball intensiu.

CAMPUS DE JOC PER PARELLES

Del 20 al 23 de juny

Es tracta d'un Campus on es realitzaran entrenaments específics sobre l'atac i la defensa de:

- Espais en el joc per parelles
- Comunicació interiors - exteriors
- Joc amb i sense pilota

A més dels tècnics de l'FCBQ el Campus comptarà amb la col·laboració de jugadors, exjugadors i entrenadors del màxim nivell, que visitaran el Campus per transmetre als participants les seves experiències a més de participar als entrenaments.

CAMPUS DE TIR

Del 23 al 27 de juny

Es treballarà de forma intensiva els següents aspectes relacionats amb el tir, entre d'altres:

- Perfeccionament de la mecànica de tir
- Millora de la presa de decisions en el tir
- Entrenament específic de tir lliure

CONDICIONS

CAMPUS DE JOC PER PARELLES:

Del 20 al 23 de juny

CAMPUS DE TIR:

Del 23 al 27 de juny

La incorporació al Campus es realitzarà el dia indicat per cada torn entre les 16:00 i les 16:30 hores a l'Hotel Adia de Cunit.

El Campus finalitzarà a les 12:00 hores del dia indicat a cada torn., tanmateix podreu venir a partir de les 10:00 per veure la darrera jornada d'entrenaments i competicions dels vostres fills, al Pavelló de Cunit.

Adreçat a: nois i noies nascuts entre els anys 1998 i 2002.

Places: limitades a 50 participants, per rigorós ordre d'inscripció.

Obsequi: tots els participants rebran 1 samarreta reversible, 2 samarretes de màniga curta i una motxilla.

PREU: 350€

INSCRIPCIÓ ALS DOS TORNOS

Existeix la possibilitat d'inscriure's als dos tornos per 660€.

En aquest format d'inscripció està inclosa la pernoctació de la nit del dia 23 al 24 de juny.



ENTRENADORS JOC PER PARELLES

JOAN ALBERT CUADRAT

Entrenador Seleccions FEB i FCBQ
Profesor Escuela Nacional de
Entrenadores FEB i dels cursos
d'entrenador FCBQ.
Ex entrenador diversos equips lliga
femenina i seleccions catalanes.



JAVIER TORRALBA

Ajudant S.XXI - LF2



ENTRENADORS TIR

JESÚS RAMÍREZ

2n entrenador Ratiopharm ULM
de la lliga alemanya



ÀLEX TERÉS

Entrenador Sant Nicolau
Lliga EBA



Properament es comunicarà el nom de la resta d'entrenadors i jugadors/
exjugadors que col·laboraran al TecniEstiu.

Properament es comunicarà el nom de la resta d'entrenadors i jugadors/
exjugadors que col·laboraran al TecniEstiu.

INSTAL·LACIONS

Allotjament

Els participants estaran allotjats a l'Hotel Adia de Cunit, en règim de pensió completa.

En aquest enllaç podeu consultar informació de l'hotel:
<http://www.adiahotel.com/>

Adreça: Avinguda Mediterràneo 6, 43881 Cunit, Tarragona

Es tracta d'un Hotel de 3 estrelles situat a menys de 100 metres de la platja, on els participants s'allotgen en habitacions dobles, triples o quàdruples amb bany individual i equipades amb aire condicionat i televisió.

Els participants no podran abandonar les instal·lacions de l'hotel després de l'hora del sopar.



Pistes de joc

Els entrenaments es duran a terme al Pavelló Municipal d'Esports de Cunit, on disposem de totes les seves instal·lacions per poder realitzar les diverses sessions d'entrenament.

Adreça: Pavelló Municipal Els Joncs. Les Sorres s/n. 43881 Cunit, Tarragona



PROGRAMA TÈCNIC

En els dos torns disposarem de la Gun 8000 (màquina de tir) per treballar de forma específica el llançament a cistella



El format de treball serà el següent a cada torn, tot i que podrà ser modificat per adaptar-los al treball específic de cada torn.

HORA	1a JORNADA	2a JORNADA	3a JORNADA	4a JORNADA
08:00 - 08:45		Físic (Voluntari a la platja)	Físic (Voluntari a la platja)	
09:00 - 09:30		Esmorçar	Esmorçar	Esmorçar
10:00 - 12:00		Entrenament	Entrenament	Competicions
12:00 - 12:30		Descans	Descans	CLOENDA
12:30 - 13:30		Entrenament	Entrenament	
14:30 - 15:30		Dinar	Dinar	
15:30 - 17:00	Arribada a partir de les 16:30	Descans o platja	Descans o platja	
17:30 - 18:45	Entrenament	Entrenament	Entrenament	
18:45 - 19:00	Descans	Descans	Descans	
19:00 - 20:00	Entrenament	Competicions	Competicions	
21:00	Sopar	Sopar	Sopar	
22:00	Reunió	Activitat lúdica	Activitat lúdica	
23:00	Descans	Descans	Descans	

INSCRIPCIÓ

Les inscripcions als Campus es poden fer:

Presencialment: a les oficines de l'FCBQ.

On line: mitjançant l'aplicació existent a la pàgina web de l'FCBQ.

El procés d'inscripció s'iniciarà a **partir de les 09:30 hores del dia 8 d'abril**, tant pel format presencial com on line.

Inscripció on line:

L'FCBQ posa a la vostra disposició una aplicació mitjançant la qual podeu tramitar la inscripció per als campus on line. Es tracta d'una aplicació que permet abonar el pagament mitjançant una targeta de crèdit o dèbit. Es realitzarà un únic pagament per l'import total del Campus.

Inscripció presencial:

També existeix la possibilitat de realitzar els tràmits d'inscripció i el pagament del Campus de forma presencial, a les oficines de l'FCBQ. En aquest cas caldrà abonar l'import total del Campus en un únic pagament mitjançant efectiu o taló.

ALTRES TRÀMITS

En el cas d'inscripcions on line, un cop completat el procés, rebreu un comprovant de pagament per correu electrònic. Pel que fa a les inscripcions presencials, al moment de tramitar la inscripció, rebreu un comprovant de pagament per la quantitat total abonada.

Presentació de documentació

Un cop formalitzat el pagament de la inscripció als TecniEstiu, rebreu un correu electrònic on es confirmarà la inscripció. Amb aquest mail s'adjuntarà la fitxa de salut - full de sortida i el formulari d'inscripció.

Caldrà retornar el **formulari d'inscripció** degudament emplenat a la Federació per correu electrònic, fax o correu ordinari. El formulari amb la signatura original s'haurà de lliurar al director el dia d'incorporació al TecniEstiu. En aquest formulari constaran totes les dades de la persona inscrita al TecniEstiu, així com l'autorització dels responsables per permetre la seva participació, i l'acceptació de les condicions dels Campus que organitza l'FCBQ.

El dia d'incorporació al TecniEstiu, us facilitaran el sobre confidencial, per tal que lliureu als responsables del Campus **la fitxa de salut - full de sortida**, acompanyada de la fotocòpia de la targeta del Servei Català de Salut.

El fet de no presentar aquesta documentació podrà comportar la pèrdua de la plaça de TecniEstiu.

Anul·lació d'inscripció

Es podrà anul·lar la inscripció fins 15 dies abans de l'inici del torn escollit, en aquest cas suposarà la pèrdua del 25% del preu total del TecniEstiu. Si l'anul·lació s'efectua fora de l'esmentat termini, suposarà la pèrdua total de l'import, a excepció de baixes per raons mèdiques. En aquests casos la sol·licitud d'extorn haurà d'anar acompanyada del corresponent certificat mèdic i queda a criteri de l'FCBQ la quantitat a extornar.

El dia de l'inici del Campus cada participant haurà de lliurar la següent documentació:

1. Full d'inscripció original: degudament emplenat i amb la signatura original.

2. Sobre Confidencial:

El dia d'incorporació als TecniEstiu, us facilitaran un sobre amb la marca CONFIDENCIAL, on haureu d'adjuntar la següent documentació (que haureu rebut per correu electrònic un cop completats els tràmits de pagament):

Fitxa de Salut.

Degudament emplenada i signada.

Per tal de garantir una millor assistència, es prega que, si pateix algun trastorn alimentari o al·lèrgia a algun tipus d'aliment, ens lliurin la fitxa de salut degudament emplenada, 30 dies abans de l'inici del Campus, al Comitè Tècnic de la Federació Catalana de Basquetbol (FCBQ) o mitjançant un correu electrònic adreçat a campus@basquetcatala.cat

Fotocòpia targeta del Servei Català de la Salut.

Caldrà ser presentada dins el sobre amb la marca CONFIDENCIAL.

3. Material i indumentària que cal portar als TecniEstiu.

- Tovalloles
- Mocadors de butxaca
- Roba interior
- Roba d'esport
- Xandall
- Calçat d'esport
- Gorra
- Calçat de bany
- Vestit de bany

4. Recomanacions.

Es recomana respectar els dies d'inici i de final del TecniEstiu. Si, per la raó que sigui, hi ha alguna variant s'haurà de comunicar per escrit a l'FCBQ.

5. Avís.

L'ús dels telèfons mòbils quedarà restringit al vespre dins l'horari marcat pel Director del TecniEstiu. Durant la resta del dia i pel fet de coincidir amb diferents activitats, estarà totalment prohibit el seu ús. Per aquest motiu i per evitar pèrdues, recomanem no portar mòbil als TecniEstiu.

En cas d'urgència, els pares/mares/tutors podran trucar al telèfon de cadascun dels TecniEstiu que apareix en la informació general. Tots els nens/es que, tot i les recomanacions, decideixin portar mòbil ho notificaran al director del TecniEstiu per tal de dur-ne el control. L'FCBQ no es fa responsable de les possibles pèrdues de telèfons mòbils o altres aparells electrònics. En cas d'incompliment de la regulació de l'ús dels mòbils, el director del TecniEstiu està autoritzat a retirar-lo fins al final del TecniEstiu.

Amb el suport de:





Rambla Guipúscoa, 27 · 08018 Barcelona
Tel. 933 966 645 · campus@basquetcatala.cat
www.basquetcatala.cat