



# TecniKids – Shoot Tech

## Nau del Clot (Barcelona)



Setmana Santa 2016  
Del 20 al 24 de març  
De 9:00 a 14:00 hores

El programa de TecniKids – Shoot Tech inclou 5 sessions de millora tècnica individual, a càrrec dels entrenadors convidats, que a la vegada comptaran amb l'ajut de tècnics de l'FCBQ

En el TecniKids – Shoot Tech es treballarà amb la “Gun8000” (una màquina de tir d'última generació) per entrenar de forma específica el llançament a cistella i millorar la seva tècnica i efectivitat.

El preu de la inscripció és de **120€**, i inclou tot el programa tècnic, així com l' esmorzar dels cinc dies i una samarreta reversible de la marca Spalding.

### Inscripcions:

Podeu tramitar les inscripcions mitjançant l'aplicació de pagament que trobareu a la pàgina web de l'FCBQ, i que permet realitzar el pagament mitjançant targeta de crèdit o dèbit.

El termini d'inscripció s'iniciarà el dimecres dia 24 de febrer i finalitzarà el dimarts dia 15 de març. Les places estan limitades a 40 participants, i seran adjudicades per rigorós ordre d'inscripció.

Un cop formalitzeu les inscripcions, rebreu per correu electrònic tota una sèrie de documentació que haureu de retornar emplenada a l'FCBQ. El dia d'inici de l'activitat caldrà que lliureu aquesta documentació (el document original i signat) als Responsables del Shoot-TecniBàsquet.

ACTIVITATS JUGADORS					
	DIUMENGE 20	DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24
8:45	Inici de l'horari d'acollida dels participants				
9:15 a 9:45	Escalfament	Escalfament	Escalfament	Escalfament	Escalfament
9:45 a 11:15	Entrenament per estacions	Entrenament amb l'Alex Terés	Entrenament amb l'Alex Terés	Entrenament amb l'Oscar de Paula	Entrenament amb l'Alex Terés
11:15 a 11:45	Esmorzar				
11:45 a 13:00	Entrenament amb Toni Mayol	Entrenament per estacions	Entrenament per estacions	Entrenament per estacions	Entrenament per estacions
13:00 a 14:00	Competicions individuals i col·lectives				



# TecniKids – Shoot Tech Nau del Clot (Barcelona)



Setmana Santa 2016  
Del 20 al 24 de març  
De 9:00 a 14:00 hores

La Federació Catalana de Basquetbol i Shoot Tech organitzen aquesta activitat dirigida a jugadors/es.

Durant cinc dies els participants assistiran a sessions on es treballaran els principals conceptes a desenvolupar des de l'edat mini i fins a una Escola de Bàsquet a càrrec d'entrenadors de reconegut prestigi, acompanyats de tècnics de l'FCBQ.

## Jugadors/es

- Poden participar tots els jugadors/es nascuts entre els anys 2004 i 2009 inclosos.

**PREU INSCRIPCIÓ:**  
**120 €**



Obsequi d'una samarreta per a tots els participants.

Podeu deixar als vostres fills a partir de les 8:30 hores, i recollir-los a les 14:00h.

Instal·lacions:  
Nau Parc del Clot  
Cantonada Carrer Llacuna N°170  
08018 Barcelona



Algunes de les sessions d'entrenament seran dirigides per:

## Organitza:



Federació Catalana  
de Basquetbol



## Col·laboren:

Generalitat de Catalunya

esportcat

**Baden**  
PASSION FOR A BETTER GAME  
PILOTA OFICIAL

**SPALDING**  
TRUE TO THE GAME™



### Àlex Terés

Fundador i entrenador de l'acadèmia Shoot Tech.



### Òscar de Paula

Entrenador de cantera del Joventut de Badalona.



### Toni Mayol

Entrenador del Comitè Tècnic de l'FCBQ.