

RELATÓRIO D E EXECUÇÃO 2019

MODALIDADE	BASQUETE MASCULINO	CATEGORIA	SUB 14
TREINAMENTO	SEG./ TERÇA/ QUARTA E QUINTA FEIRA	DATA	JUNHO
LOCAL	PESTALOZZI	HORÁRIO DE TREINOS	20h00 AS 22h00

ACADEMIA POLY	NÃO SE APLICA
HORARIO	

ATLETAS PARTICIPANTES DAS ATIVIDADES

ATLETAS: ANDRÉ LUIZ TOGNATTE DE MOURA SOUZA, ARTHUR PAULO CORREA MIRANDA, ELIAS GABRIEL DE OLIVEIRA SILVA, FELIPE NATALI AMARAL, GABRIEL ANTONIO MANZOLI RIBEIRO, GUSTAVO RODRIGUES FERNANDES, GUSTAVO SILVA BARBOSA, HEITOR ANDRÉ BEVILAQUA, HEITOR GOMES FIGUEIREDO, JOÃO PEDRO MAIA DOS SANTOS, KAUAN LUIZ MACHADO, PEDRO HENRIQUE DOS SANTOS FELICISSIMO, RAFAEL MIQUELLACI TRISTÃO, RAUL RICARDO DE MELLO, RODRIGO PABLO DA SILVA, STHEVAN GOMES FIGUEIREDO.

TÉCNICO: Luis Flávio da Silva

ASSISTENTE TÉCNICO: Ricardo Junior de Souza Santos

ETAPAS E EXECUÇÃO

Julho: Seguindo a rotina de treinamentos, na primeira semana do mês, a ideia era focar sistema de jogo ofensivo, com ênfase no 5 abertos, abordando as infiltrações “batidas para dentro, em direção a cesta”, tendo em vista que teríamos um jogo contra a Recreativa no dia 06 (sábado), porém o jogo foi cancelado pelo técnico da Recreativa, sendo assim, os treinamentos foram mais voltados para o fundamento técnico de arremesso e drible. Após essa semana os atletas entraram de recesso e os técnicos, acompanhamos como assistentes técnicos a categoria sub 13 no 5º Torneio de Basquete do Chui. Na terceira semana, passamos por uma capacitação na academia Bem Viver, que abordou os conceitos de treinamento TFI-VIS com foco na preparação física para o basquete. Na quarta semana, retornamos, porém com apenas dois treinamentos, devido a indisponibilidade de quadra e a Capacitação técnica do assistente técnico do Franca Basquete – Pablo Costa. Apenas na última semana, que retomamos nossos conceitos técnicos e táticos e principalmente físico, pois devido a essa pausa e com base nos princípios de treinamentos de reversibilidade, retornamos com treinos físicos de velocidade e liberação miofascial. Neste mês não tivemos jogos, portanto sem relatórios de jogo.

Tivemos no mês de julho apenas 07 dias para treinos e um jogo contra a Recreativa de Ribeirão Preto no início de agosto. Neste período tivemos também a reunião de pais juntamente comemorando os aniversariantes do mês e a realização de exames oftalmológicos.

Cabe ressaltar o retorno do atleta lesionado Rafael Miquelaci.

Obs: No próximo mês abordaremos outras características de jogo, de acordo com as dificuldades encontradas durante os treinamentos e jogos.

TREINAMENTOS (TREINO TÁTICO E FÍSICO)



CAPACITAÇÃO FÍSICA NA ACADEMIA BEM VIVER



EXAMES OFTALMOLÓGICOS



CAPACITAÇÃO TÉCNICA COM PABLO COSTA



REUNIÃO DE PAIS E ANIVERSARIANTES DO MÊS

