

RELATÓRIO DE EXECUÇÃO 2019

MODALIDADE	BASQUETE MASCULINO	CATEGORIA	SUB 14
TREINAMENTO	SEG./ TERÇA/ QUARTA E QUINTA FEIRA	DATA	OUTUBRO
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

Outubro: Já em nossa primeira semana de treinos, intensificamos a marcação quadra todo com dobra, situação esta, que não pode ser desenvolvida na liga regional. Outro fator que demos ênfase na primeira semana, foi com relação a uma movimentação no ataque com 4 homes abertos. Na segunda e terceira semana, não deixamos de tratar os dois princípios vistos anteriormente, mais focamos nas movimentações contra defesa por zona (2x3 e com menos enfoque na 3x2). Retomamos também as saídas de contra-ataque (com diversas estratégias) e transição defensiva. Já na 4 semana, véspera dos Jogos Interligas, tivemos problemas com relação aos locais de treinamento, tendo que deslocar para o Pedrocão e o SESI, onde focamos nosso treino em situações de defesa (corta-luz indireto e direto), como também defesa individual e por zona. Na última semana de outubro, a quadra ficou indisponível e deslocamos novamente o SESI, porém treinamos dois dias com objetivo de oferecer mais tempo de treino para a equipe sub 12 e 16 que terão campeonato na próxima semana.

Na parte técnica, focamos nas finalizações de média distância e longa distância com treinos de aproximadamente 15 a 20 minutos por dia durante as 3 primeiras semanas, isso tudo sem deixar de executar os treinamentos físicos funcionais com trabalhos de pés e força.

Tivemos um jogo válido pela Liga Regional contra Ribeirão Preto no dia 06 de outubro, um jogo amistoso contra o Feminino Adulto e um amistoso contra o Sub 14 do SESI, antes da disputa do Interligas (esse campeonato reúne os melhores colocados de cada uma das ligas do interior do estado de São Paulo). Jogamos esse torneio nos dias 24, 26 e 27 em Franca (SESI e Poli) contra as equipes de Ribeirão Preto, Limeira e Fernandópolis, com resultados positivos contra os dois primeiros times e uma derrota que custou nossa classificação contra Fernandópolis. Obs: o relatório da interligas seguirá em outro arquivo.

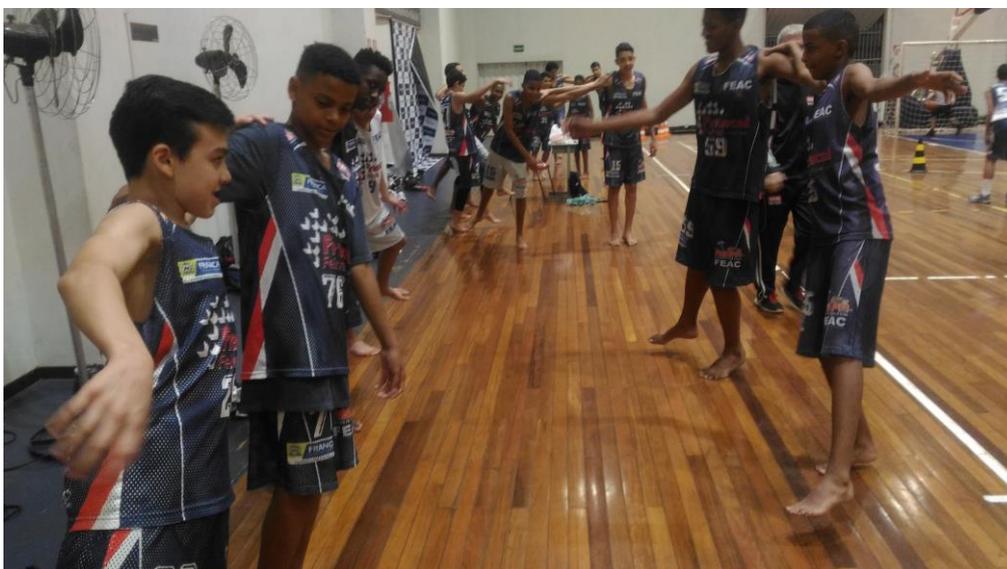
Com relação aos eventos sociais tivemos o Basquete educação na escola C.E.I. Centro Educacional Integrada e festival de comemoração dos 21 anos do INSTITUTO ASPA. Obs: nossa equipe não participou do evento (BASQUETE EDUCAÇÃO), devido a participação nos JOGOS INTERLIGAS.

Não tivemos nenhuma intercorrência grave durante esse período em relação as lesões.

Obs: No próximo mês focaremos no treinamento para as finais da Liga Regional onde jogaremos a semi-final contra o time do Praia Clube, buscando mais jogos amistosos e treinos corretivos tanto defensivos quanto ofensivos.

- As fotos e relatórios dos jogos seguem em relatórios específicos.

TREINAMENTOS



AMISTOSO CONTRA O SESI



FESTA DE 21 ANOS DO INTITUTO ASPA



BASQUETE EDUCAÇÃO

