

TIEMPO MUERTO

ENTRENAR INTENSO PARA JUGAR INTENSO

Una vez oí a un entrenador decir esta frase y la verdad es que desde entonces he visto multitud de ejemplos que confirman y desmienten esta teoría.

En primer lugar, hay algo que tengo claro, si un jugador lo da todo en un entrenamiento, está claro que en un partido donde la exigencia es máxima va a dar también todo lo que tenga dentro para robar una pelota, coger un rebote o ganar un partido. Mientras que aquel jugador que eso de jugar esforzándose no lo demuestra cuando se entrena, difícilmente lo hará en un partido y si lo intenta difícilmente va a dar el 100% debido a que no está acostumbrado a hacerlo, y la fuerza mental que necesita no la va a tener.

Después tenemos el apartado técnico o táctico. Aquí la diferencia es mayor. Todos hemos tenido compañeros que se salen en los entrenamientos y luego en los partidos no mantienen ese nivel. En general, salvo por la mentalidad en ciertos momentos, los entrenamientos deberían ser más difíciles que los partidos, debido en gran medida, a que la labor ofensiva es más complicada, al ser defendido por compañeros que saben de memoria los sistemas que vas a utilizar, tus dribblings habituales, tus puntos fuertes y débiles, etc.

A estos jugadores les falta un tema importante, que es en la mayoría de los casos la dureza mental y una capacidad de liderazgo que no poseen y que les impide su dominio del juego.

Por último tenemos el caso del jugador que aprovecha los entrenos para provar cosas que luego hará en los partidos. Nuevos dribblings, a botar con ambas manos pases imposibles a sus compañeros, diferentes maneras de tirar (ganchos, bandejas con la mano menos buena, etc...) y que si se les sabe controlar y dejar hacer, en los partidos no harán estas cosas hasta tenerlas totalmente controladas. Es decir, a pesar de que en los entrenos pierda balones tontos y haga tiros forzados o poco efectivos, en los partidos sabrá que no puede usar esos recursos porque no les serán efectivos.

Al final todo se reduce a lo mismo, los jugadores con una cabeza bien puesta y con un carácter y mentalidad ganadora son los que acaban triunfando sobre jugadores que quizás tengas mejores condiciones físicas.

Juan Carlos García

BAHÍA SAN AGUSTÍN

Revista número 183 - 19 de Noviembre de 2007

El Mini Fem comienza dándonos una grata sorpresa



Mini Femenino 07/08

PRÓXIMA JORNADA

CATEGORÍA		RIVAL	CAMPO	DIA	HORA
BENJAMÍN	MIXTO				
BENJAMÍN A	MAS				
BENJAMÍN B	MAS				
BENJAMÍN	FEM				
MINI C	MAS	LLUCMAJOR	TONI SERVERA	24-nov	10,00
MINI B	MAS	SA POBLA	COLEGIO SAN AGUSTÍN	24-nov	11,30
MINI A	MAS	UADIS	COLEGIO SAN AGUSTÍN	24-nov	10,00
MINI	FEM	BONS AIRES	SON OLICA	24-nov	10,00
INFANTIL B	MAS	ANDRATX	S'ESTEL	24-nov	17,00
INFANTIL B	FEM	JOAN CAPÓ	FELANITX	24-nov	10,30
INFANTIL A	MAS	LA SALLE	LA SALLE	24-nov	17,30
INFANTIL A	FEM	LA SALLE	LA SALLE	24-nov	17,30
CADETE B	MAS	ALCUDIA	ALCUDIA	25-nov	10,00
CADETE B	FEM	BONS AIRES	S'ESTEL	24-nov	12,00
CADETE A	MAS	DE LA CRUZ	BENDINAT	24-nov	12,00
CADETE A	FEM	HISPANIA	TONI SERVERA	24-nov	12,00
JUNIOR B	MAS	SON COTONER	SON VERÍ NOU	24-nov	17,00
JUNIOR A	MAS	PLA	PLA DE NA TESSA	24-nov	20,00
JUNIOR A	FEM	CTEIB	PRINCIPIES DE ESPAÑA	24-nov	17,00
1ª DIVISIÓN	MAS	IBIZA	IBIZA	25-nov	12,30
1ª DIVISIÓN	FEM	BONS AIRES		25-nov	12,30
EBA	MAS	HELLÍN	TONI SERVERA	25-nov	12,00
INFANTIL A	FEM	BÁSQUET INCA	TONI SERVERA	21-nov	19,00
JUNIOR A	MAS	CTEIB	PRINCIPIES DE ESPAÑA	28-nov	20,30

www.bahiasanaustin.com

ANÁLISIS DE LA JORNADA

Los resultados de la semana fueron los siguientes:

EBA: Almassera 78 - Palma Playa Park 77

1ª MASC: Palma Playa Park 53 - Son Cotoner 101

1ª FEM: Pedreres C'an Ramis 31 - Cteib 71

JUNIOR A MASC: Pizzeria Plaza 76 - Drac Inca 63

JUNIOR B MASC: De la Cruz 74 - Tres Palas 59

JUNIOR FEM: Pedreres C'an Ramis 70 - La Salle 41

CADETE A MASC: Bahía San Agustín 72 - Son Cotoner 51

CADETE B MASC: Bahía San Agustín 63 - De la Cruz 39

CADETE A FEM: Basquet Inca 39 - San Agustín 71

CADETE B FEM: Eu Moll 55 - Imp.Bahía 51

INFANTIL A MASC: Bahía San Agustín 54 - Basquet Inca 62

INFANTIL B MASC: Calviá 49 - Bahía San Agustín 43

INFANTIL A FEM: Bahía San Agustín 70 - Esporles 20

INFANTIL B FEM: Bahía San Agustín 54 - Zona 5 3

MINI A MASC: Esporles 26 - Bahía San Agustín 77

MINI B MASC: La Salle 46 - Bahía San Agustín 91

MINI C MASC: Juv. Mariana xx - Bahía San Agustín xx

MINI FEM: Bahía San Agustín 45 - Santa María 40

DESDE LA GRADA

Sorpreza y muy grata la que nos dieron las minis en su inicio no sólo de liga, sino también de vida deportiva, pues no olvidemos que casi todas las jugadoras acaban de comenzar a jugar.

Tanto el cadete como el junior femeninos dieron un gran paso de cara a meterse entre los cuatro primeros venciendo a rivales de la parte alta de la clasificación y con una gran autoridad.

La parte más negativa de la jornada la encontramos esta vez en el infantil masculino A que dio un paso atrás en sus aspiraciones al caer frente al Inca, lo cual le permite ya muy pocos fallos en lo que queda de competición.

Los tres equipos seniors volvieron a caer si bien es verdad que el Eba a punto estuvo de dar la sorpresa en casa del segundo perc terminó perdiendo por un solo punto.

Hay que decir que muchos de los equipos se encuentran bastante mermados por las múltiples lesiones lo cual está siendo muy bien cubierto por los equipos de abajo.