FECHA: INFORME: MARZO 30 DE 2023

DEPORTE: BALONCESTO

PROGRAMA: ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA:

Continuamos los entrenamientos de en las categorías premini mini escolares pre juveniles, semilleros sub 21, y mayores estos en las ramas masculino y femenino, para el próximo informe notificamos cuantos practicantes del baloncesto estamos entrenando este año.

Volumen de entrenamiento 90 minutos por sesión, cuatro sesiones semanales

Están asistiendo a los entrenamientos en promedio de 15 personas en cada grupo, estamos sumando 160 deportistas practicantes del baloncesto.

Los días de entrenamiento son martes, miércoles, jueves viernes, sábados y competencias domingos descansamos el día lunes.

Dos días a la semana asisten las categorías sub 17 y sub 21 al gimnasio a desarrollar trabajos de fuerza y flexibilidad. Se incrementan los trabajos tácticos ya que estoy con la idea táctica de cambiar la forma de defender.



COMPETENCIA:

Se jugaron las finales de liga oriente ocupando en le segundo lugar (subcampeones)

Recibimos la convocatoria de la copa Coogranada en semana santa desde ya estamos realizando la recolección de los dineros para poder asistir a este evento. Asistirán 6 equipos

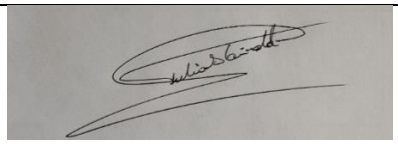
Iniciamos la participación de liga Antioqueña de baloncesto con seis equipos.

Estaremos participando con los equipos mayores en la copa ciudad de marinilla







Firma entrenador: 



Firma Supervisor: