

Seleção surpreende

Escrito por Planeta Basket
Quarta, 08 Julho 2015 20:00



Depois do intenso dia de trabalho os treinadores e monitores do jamboree ficaram até tarde a preparar o treino do dia de hoje. A manhã foi inteiramente dedicada ao basquete.

Aquecimento seguido de concursos de lançamentos e treino para aumentar o entrosamento das equipas para o torneio do jamboree. Após uma pequena pausa o San Payo aproveitando os jovens mais altos presentes, teve a ensinar aos treinadores, um conjunto de exercícios destinados fundamentalmente a jogadores mais altos.

No final da manhã os minis foram divididos por níveis em seis grupos para se poder fazer um trabalho com grupos mais homogêneos e graus de dificuldade diferenciados.

Após o almoço tivemos a surpresa da visita da seleção nacional de Sub-18 que está a estagiar em Esposende onde vai decorrer um torneio internacional com as seleções da Bélgica e da Holanda. A nossa actividade de 5ª feira à noite é assistir ao jogo Portugal x Bélgica em Fão. Bem besuntados com cremes de protecção solar os minis que ainda não tinha feito body bord partiram para a praia onde o Tiago Castro, que para além de ser instrutor de surf, é treinador da equipa de minis de Esposende, mais uma vez os recebeu com a cordialidade da “malta do basquete”. O à vontade com que o Tiago Castro e a sua equipa estão na água, com os jovens, é digna de ser elogiada e todos os que quiseram experimentar adoraram fazer um pouco de body bord nas ondas.

Como definiu a Isabel Coelho, num artigo publicado aqui no Planeta Basket, e mãe de dois jogadores que já despontam no basquetebol nacional e que passaram pelo jamboree, “este evento é constituído por: regras, disciplina, amizade, companheirismo, solidariedade e basquetebol e o basquetebol ficou para último, porque tudo é fácil de ensinar quando as outras já estão incutidas no espírito dos participantes.”

E como regras são regras, todas as manhãs a Patrícia Fernandes passa revista aos quartos

Seleção surpreende

Escrito por Planeta Basket
Quarta, 08 Julho 2015 20:00

para verificar quem são as equipas com os quartos melhor arrumados. Desta vez e contra o que é habitual foi um dos quartos das meninas que teve a pior classificação, nem nos atrevemos a dizer de que equipa.

Hoje é dia de apresentar fotos das equipas das clarinhas e guarda rios e à noite tivemos pela primeira vez os momentos altos do dia, actividade tanto do agrado de todos. O dia acabou com a já habitual frase dita pelo San Payo Boa noite, lavar os dentes, xixi cama e uma noite descansada para todos. E como o diário é interacção aqui vão fotos dos gémeos.

{gallery}Galerias/Jamb_Esposende/Dia_4{/gallery}