



ASTE SANTUA SASKIBALLOIA

Informazio dossier-a / Dossier informativo

JARDUERA ETA ORDUTEGIAK

3. txanda

ORDUTEGIA	ASTEARTEA		ASTEARTEA		ASTEAZKENA		OSTEGUNA		OSTIRALA	
9:00-9:30	HARRERA ETA ANTOLAKUNTZA / RECEPCIÓN Y ORGANIZACIÓN									
9:30-11:00	Banakako teknika eta taktika Técnica y táctica individual	Banakako teknika eta taktika Técnica y táctica individual	Beroketa berezia Calentamiento especial		TXANGO! ¡Excursión!	Saskibaloia bitartez jolasten Jugando a través del basket				
11:00-11:30	HAMAIKETAKOA									
11:30-12:15	Saskibaloia bitartez jolasten Jugando a través del basket	Koordinazioa eta oposizioa Coordinación y oposición	Saskibaloia bitartez jolasten Jugando a través del basket	TXANGO! ¡Excursión!	Koordinazioa eta oposizioa Coordinación y oposición					
12:15-13:00	Koordinazioa eta oposizioa Coordinación y oposición	Igerilekua Piscina	Banakako teknika eta taktika Técnica y táctica individual		TXANGO! ¡Excursión!	Igerilekua Piscina				
13:00-14:00	BAZKARIA / COMIDA									
14:00-15:00	Lehiaketak eta txapelketak Competiciones y concursos	 Lehiaketak eta txapelketak Competiciones y concursos	Lehiaketak eta txapelketak Competiciones y concursos	Lehiaketak eta txapelketak Competiciones y concursos	 Lehiaketak eta txapelketak Competiciones y concursos	Lehiaketak eta txapelketak Competiciones y concursos				

KAIXO! ENTRENATZAILEA

Kepa dut izena, 23 urte ditut eta 15 urte daramatzat saskibaloian jokatzeko. Laurok 8 denboraldi jokatu izan arren, beste 3 taldeetan jokatu dut. Lehen Hezkuntzako gradua Heziketa Fisikoko aipamenarekin ikasi dut. Betidanik **saskibaloia** izan da gehien gustoko izan dudana kirola eta honen inguruan ditudan ezagutza guztiak jokalariei berriei partekatzeko sekulako gogoak ditut. Kirol honek dituen trebetasunak garatzeko jolasak eta jarduerak dinamikoki egin ohi ditut, beti ere, giro ona bermatuz.



Me llamo **Kepa**, tengo 23 años y llevo 15 años jugando a baloncesto. He jugado 8 temporadas en Lauro, y las 7 restantes en otros 3 equipos. Tengo el grado en Educación Primaria con mención en Educación Física. Desde siempre el **baloncesto** ha sido el deporte que más me ha apasionado y tengo muchas ganas de compartir todos mis conocimientos con nuevos jugadores. Suelo realizar juegos y actividades dinámicas para desarrollar las habilidades de este deporte, garantizando siempre un buen ambiente.

HELBURUAK / OBJETIVOS

TAKTIKA - TÁCTICA

Bakarkako taktika landu
Talde taktika ikasi
Erabaki hartze prozezua



TEKNIKA - TÉCNICA

Bakarkako teknika landu
Alderdi ezberdinak landu
Ariketa praktikoak



LANKIDETZA - COOPERACIÓN

Taldea sustatu
Taldeko lan ariketak
Posizioen xehetasunak



SOZIALIZAZIOA - SOCIALIZACIÓN

Txango bat astero!
Igerilekuan jolasak
Txapelketak egunero



ARROPA ETA KOMUNIKAZIOA



- Haurrek kirol arropa eta zapatila egokiak jantzita etorri beharko dute kanpusera.
- Motxila bat ekarri beharko dute aldatzeko, arroparekin eta saioak amaitzean dutxatzeko behar dutenarekin.
- Los niños y niñas deberán venir vestidos con ropa deportiva y con zapatillas.
- Deberán traer una mochila con ropa de recambio y lo necesario para ducharse al finalizar las sesiones de la actividad.



Edozein komunikazio (zalantza, iradokizuna, kexa, ...) email eta telefonoz egin dakioke arduradunari. Ez da baliozkoa izango bus monitore edo gidarien bidez egindako komunikazioa, ez ahoz ezta idatzizkoa izanik ere.

Cualquier comunicación (sugerencia, queja, consulta,...) se podrá hacer por email o teléfono. No tendrán validez oficial lo comunicado a los monitores de autobús ni choferes, ni verbalmente ni con notas escritas.

behekosoloaxxi@lauro.eus

Tlf.: 944711610, 8:15-15:30