

Timeout



AL LAVORO IN PALESTRA!!!



il presidente Bresso Basket
Maurizio Dallolio

Il primo a voler dare il “Bentornati” ai nostri ragazzi è stato proprio il presidente Dallolio. “Mi ha fatto davvero piacere che la gran parte di voi abbia aderito alla ripresa degli allenamenti, nel pieno rispetto di chi ha optato per una diversa scelta. Che sapore ha avuto rientrare in palestra dopo 100 giorni di esilio forzato? Come vi siete sentiti ritrovandovi nuovamente in gruppo? Che effetto vi ha fatto risentire il suono del palleggio e quello della retina dopo un tiro segnato? Sono domande che mi sono fatto in questo mese, seguendovi da remoto attraverso lo staff tecnico. Mi auguro che per tutti siano state sensazioni positive e spero si possa continuare così, senza nuovi stop, fino al consueto termine della stagione. Affinchè ciò possa avvenire vi invito ad osservare scrupolosamente le norme sanitarie, in modo tale da ridurre al minimo possibile i rischi legati al virus, che la pratica di uno sport di contatto come il nostro inevitabilmente porta con sé. Mi auguro di potervi rivedere al più presto e sempre forza Bresso Basket!”



PROMOZIONE



La Promozione chiude il primo mese di allenamenti con buone sensazioni fisiche e tattiche, senza tuttavia conoscere se vi sarà una competizione oppure no. Nel frattempo, il lavoro in palestra agli ordini del trio Finkelberg-Greco-Nizzola prosegue senza sosta su quelli che da inizio anno sono stati individuati come argomenti principali: difesa individuale, rotazioni offensive, ricerca dei mismatch, gestione dei possessi chiave. “Siamo soddisfatti di queste prime settimane di ripresa - chiosa coach Finkelberg. La buona forma atletica dei ragazzi al rientro è stata la prima condizione che ci ha permesso di poterci dedicare quasi da subito al lavoro tecnico e tattico che aveva interrotto a Ottobre. Questo significa che nei mesi lontano dal campo hanno saputo responsabilizzarsi, nonostante gli impegni lavorativi e familiari. Anche i più giovani stanno evolvendo di allenamento in allenamento, grazie anche all’attenzione che i nostri senior stanno dedicando loro. Ora confidiamo di poter proseguire l’attività in maniera costante e in sicurezza, a prescindere dalla possibilità o meno di disputare un campionato”.



PROGETTO BRESSO



“PILLOLE TECNICHE”: SI COMINCIA A MARZO

Con la ripresa regolare degli allenamenti per ogni categoria, sarà finalmente possibile attuare quest’iniziativa promessa ai nostri ragazzi lo scorso luglio. Le Pillole Tecniche avranno l’obiettivo di portare alle nostre giovanili la testimonianza maturata dai più grandi nel corso della loro storia cestistica, mediante la condivisione della personale esperienza, dei consigli e delle abilità tecniche coltivate negli anni. Questo progetto sarà rivolto a tutte le nostre squadre giovanili e le lezioni tecniche saranno preparate su precisi aspetti tecnici dedicati alle singole annate, in collaborazione con i rispettivi staff tecnici e le esigenze di ogni team. Saranno dunque i membri della Prima Squadra che vestiranno, eccezionalmente, i panni degli allenatori e condurranno una porzione di allenamento su argomenti fondamentali quali il palleggio, il passaggio, il tiro, la difesa, risponderanno alle domande dei nostri ragazzi, dispenseranno consigli e trucchi da senior. “Abbiamo fortemente voluto mettere in piedi questo progetto - afferma il coach della Prima Squadra Jngo Finkelberg - perché crediamo fermamente che la relazione tra senior e under stia alla base della crescita individuale e collettiva delle nostre squadre. Avvicinare generazioni differenti, accomunate dagli stessi colori societari, è uno dei cardini della nostra nuova politica societaria, con l’obiettivo di poter fornire quanti più strumenti possibili ed efficaci alla formazione tecnica e al miglioramento di chi dimostrerà di voler essere importante per questa società”. Il calendario delle Pillole Tecniche verrà concordato con gli staff tecnici e condiviso con ragazzi e famiglie.



LE NOSTRE GIOVANILI



L’U13/14 di Tony Corrado ha svolto un ottimo lavoro atletico per riprendere la condizione fisica e prevenire eventuali infortuni. Ha poi ripreso il lavoro sui fondamentali individuali e concetti di gioco di squadra poi messi in campo nelle partite interne al Sabato. “Continuiamo a lavorare sodo speranzosi di nuovi positivi aggiornamenti” - le parole di coach Corrado.

“L’U16 ha focalizzato i propri allenamenti su alcuni aspetti fondamentali come scelta di lato, smarcamento, presa di posizione in post basso - spiega coach Maraldi. Abbiamo iniziato a introdurre più aspetti sulla difesa, collaborazione difensive e 1vs1 sulla palla, inserendo progressivamente le prime partite interne che ci accompagneranno i prossimi weekend”.

Il lavoro dell’U18 raccontato dall’assistant coach Gianmarco Pozzi: “Abbiamo attuato una politica di allenamento che prevede due giorni di esercizi tecnico-tattici e un appuntamento di preparazione atletica e fondamentali. Questo mese abbiamo lavorato sulla difesa in 1vs1 sulla palla mentre per quanto riguarda la l’attacco ci siamo dedicati al gioco in post e alle collaborazione offensive. Il programma atletico è stato costruito sul metodo “Tabata”, incentrato sulla resistenza”.