xmas CAMP

@Espoonlahden Halli

Juhlistamme joulun pyhiä aikaisempaa laajemmalla leiriohjelmalla, tuplamäärä treeniä ja hauskanpitoa!

Osana ***#EBTRising Project***, olemme rakentaneet ja kehittäneet leirejämme entisestään. Joulun välipäivien osalta järjestämme tänä vuonna kaksi erillistä leiriä. Osana EBT:n laadun lisäämistavoitetta haluamme kehittää pienempien junioreiden toimintaa ja tässä leirit ovat tärkeässä osassa. Haluamme rohkaista kaikkia pelaajia mukaan molempiin ***xmas* CAMPS** koska leireillä harjoitellaan eri teemoilla ja monipuolisesti nuorta koripalloilijaa kehittäen. Ammattivalmentajamme ovat yhdessä rakentaneet leiriohjelmaa parhaan kykynsä mukaan, jotta pystyisimme tarjoamaan osallistujille sopivan paketin sisältäen monipuolisesti taitoharjoittelua sekä pelin kautta oppimista, hauskuutta unohtamatta!

xmas CAMP INFORMAATIO

AJANKOHTA/PÄIVÄMÄÄRÄT

27.-29.12. 2017 | **1st *xmas* CAMP – Scoring Skills**

2.-4.1. 2018 | **2nd *xmas* CAMP – Game Skills + Motor Skills** *with Martti Iivonen*

HARJOITUSPAIKAT

Pääsali: **Espoonlahden Urheiluhalli**
(Rehtorintie 11, Espoo)

Kakkos-sali: **Mårtensbro Skola**
(Rehtorinkuja, Espoo)

Tämän lisäksi käytämme Espoonlahden urheilupuiston aluetta ulkoaktiviteetteihin.

OHJELMA

08:00 – 09:00 → Lapset voi tuoda leirille
(salissa vapaata heittelyä)

09:00 – 11:30 → Harjoituksia/oheisohjelmaa

11:30 – 12:30 → Lounas

12:30 – 15:00 → Harjoituksia/oheisohjelmaa

15:00 – 16:00 → Lapset voi hakea leiriltä
(salissa vapaata heittelyä



xmas CAMP VALMENTAJAT

· **Mikko Jantunen**: T08, T10/11 Päävalmentaja

· **Tomi Malmelin**: P07, P08, P09/10/11 Päävalmentaja

· **Lotta Vesiluoma**: T07 Päävalmentaja

· **Markku Siironen**: Minipojat, C-Pojat Päävalmentaja

· **Adrián Reyes**: 1B Miehet, B-Pojat Päävalmentaja

· **Martti Iivonen**: Kokenut korisvalmentaja, lasten liikuttaja ja fysiikkavalmentaja

Apuna toimii iso joukko nuoria valmentajia.

LEIRIEN TARKEMPI SISÄLTÖ

1st *xmas* CAMP – Scoring Skills (27.-29.12)

Korintekotaidot, erilaiset viimeistelyt, heittotekniikka, pallonkäsittely ja kuljettaminen uusilla tavoilla, jalkatyö heitto/viimeistelytilanteissa, 1 vs. 0 puolustajan voittaminen ja 1 vs. 1 tilanteet.

2nd *xmas* CAMP – Game Skills + Motor Skills with Martti Iivonen (2.-4.1)

Motoriset taidot, kehonhallinta, ketteryys, fun factor, pienpelaaminen (2 vs.2 – 3 vs.3), erilaisten pelitilanteiden hallinta, kommunikointi pelitilanteissa, pelinymmärrys ja oikeiden valintojen tekeminen ja paljon puhdasta pelaamista!

xmas CAMP OHEISTOIMINTA

✓ **BENKKU DAY**: NBA:ssäkin pelannut Bernard Harris osallistuu ja tuo oman mausteensa leiriohjelmaan.

✓ **NBA CHALLENGE COMPETITION**: järjestämme taitokisat NBA-tyyliin.

✓ **EBT LEAGUE**: Käytämme yhden päivän turnauspelaamiseen, jossa luomme kaaviot ja katsomme mikä joukkue selviää voittajaksi (valmentajilla oma joukkue koutsattavana päivän).

✓ **TALVIURHEILUA**: Jos sää sallii (= on lunta) kehitämme ulkona mukavaa talvista toimintaa.

✓ **GOOFY HOUR**: Suomen energisin liikuttaja Martti Iivonen kehittää leiriläisille äärimmäisen hauskan liikunnallisen asemaharjoittelun.

✓ **MUITA AKTIVITEETTEJA**: Sisältö tarkentuu ja muuta hauskaa keksitään vielä ennen h-hetkeä.

INFO

Email: toiminsto@ebt.fi

Puh: 040 550 2430

HINTA

Yksi *xmas* CAMP: 120€ per osallistuja

Kaksi *xmas* CAMPS: 190€ per osallistuja