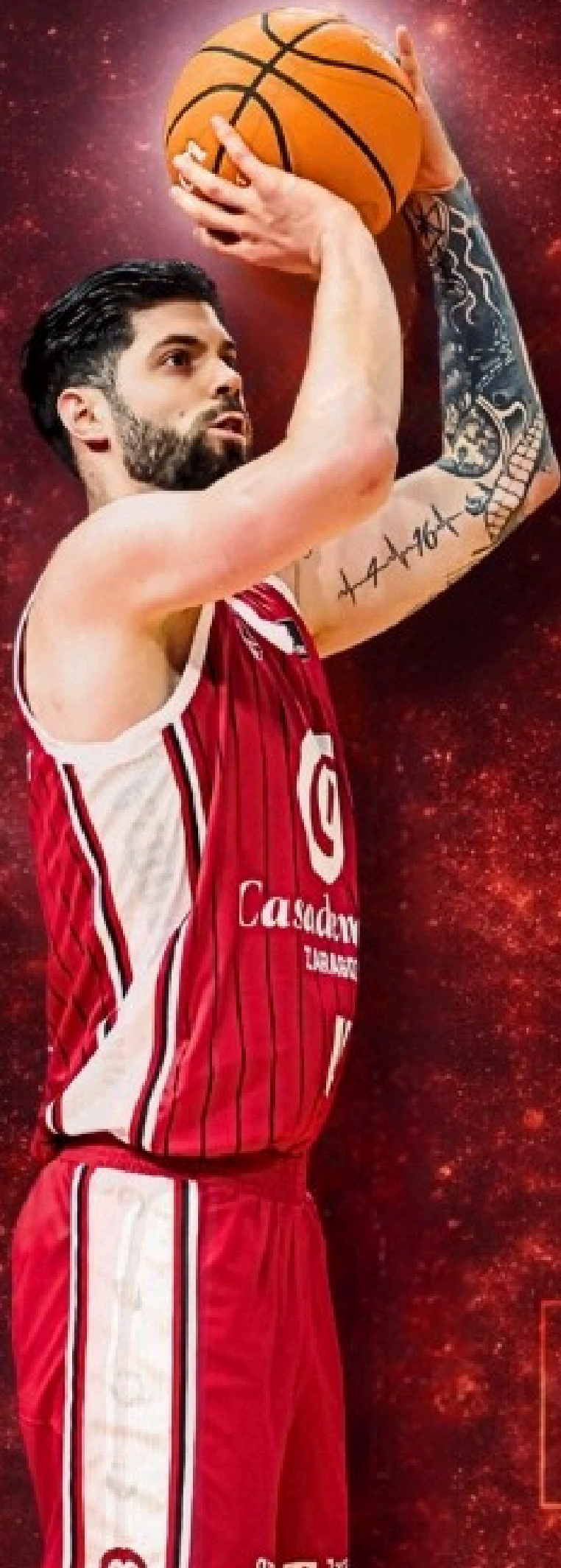




CAMPUS

ALTO RENDIMIENTO

GRAUS



➤ INTRODUCCIÓN

El Campus de Alto Rendimiento de Graus nace con la vocación de ofrecer una experiencia deportiva de máxima calidad durante los períodos no lectivos, convirtiéndose en un referente para jóvenes deportistas que desean seguir creciendo y perfeccionando su nivel.

Un equipo técnico altamente cualificado y especializado en alto rendimiento diseña y desarrolla un programa exigente y adaptado a cada grupo de edad y nivel. Las sesiones se organizan combinando entrenamientos específicos en pista, trabajo táctico y técnico individualizado, preparación física, análisis de juego y actividades complementarias orientadas a la mejora integral del deportista.

El campus no solo persigue la mejora del rendimiento, sino también la formación en valores. La convivencia, el compañerismo, la disciplina, la cultura del esfuerzo y el respeto son pilares fundamentales del programa. Además, el entorno natural de Graus permite incorporar actividades al aire libre que refuerzan el trabajo en equipo y el desarrollo personal, convirtiendo la estancia en una experiencia completa tanto a nivel deportivo como humano.





➤ FORMACIÓN

El Campus de Alto Rendimiento ofrece un programa formativo integral diseñado para potenciar el desarrollo técnico, físico y táctico de los jugadores mediante sesiones específicas dentro y fuera de la pista.



CAMPUS
ALTO RENDIMIENTO

01. Sesión de tiro

Trabajo específico centrado en la mecánica de tiro, orientado a mejorar la ejecución técnica, la regularidad y el porcentaje de acierto en diferentes situaciones de juego.

02. Trabajo físico

Desarrollo de las capacidades y cualidades físicas mediante entrenamientos específicos enfocados en la mejora de la fuerza, la potencia y el rendimiento atlético aplicado al baloncesto.

03. Trabajo en pista

Realización de ejercicios y dinámicas orientadas a la mejora del rendimiento individual dentro del juego colectivo, favoreciendo la toma de decisiones, la comprensión táctica y la adaptación al juego de equipo.

04. Charla y análisis de vídeo

Sesiones formativas fuera de la pista que incluyen análisis de situaciones de juego y gestos técnicos a través de vídeo, así como charlas impartidas por nuestros entrenadores para reforzar conceptos tácticos, técnicos y formativos.

05. Sesión de recuperación

Trabajo de reacondicionamiento corporal tras los entrenamientos con el objetivo de favorecer la recuperación física, prevenir lesiones y optimizar el rendimiento para las siguientes sesiones.

➤ INSTALACIONES

El Campus de Alto Rendimiento se desarrollará en la localidad de Graus, un entorno ideal para la práctica deportiva y la convivencia entre jugadores. Las instalaciones cuentan con todos los recursos necesarios para garantizar una experiencia completa tanto a nivel deportivo como formativo.

El Campus dispone de un albergue para el alojamiento de los participantes, un pabellón polideportivo donde se llevarán a cabo las sesiones de entrenamiento y una piscina que complementará las actividades del programa, favoreciendo tanto el ocio como la recuperación de los jugadores. Todo ello en un espacio cercano y funcional que permite optimizar el desarrollo de las actividades durante el campus.



01. ALBERGUE DE GRAUS

El Centro Rural de Innovación Educativa de Graus se encuentra junto al polideportivo y la piscina.

Cuenta con esta instalación para albergar alrededor de 100 chicos y chicas en habitaciones dotadas de baños completos con ducha, además una sala de reuniones, comedor y terraza.

02. PABELLÓN POLIDEPORTIVO

El polideportivo municipal dispone de 3 pistas de juego, vestuarios con duchas individuales, un gimnasio y una sauna. Cuenta con todo el material necesario para la realización de los entrenamientos de baloncesto.

03. PISCINA MUNICIPAL

Las instalaciones deportivas de Graus cuentan con dos piscinas: una pequeña y una grande, además de dos pistas de tenis, un frontón, zona de césped y un campo de fútbol rodeado de una pista de atletismo.



CAMPUS
ALTO RENDIMIENTO



CONOCE A NUESTROS ENTRENADORES/AS



CAMPUS
ALTO RENDIMIENTO



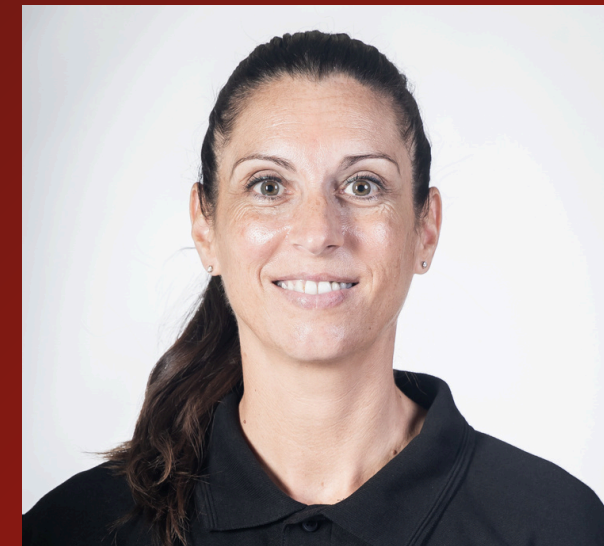
Matías Lescano

Director del Campus y de la cantera masculina Casademont Zaragoza y ex jugador.



Jorge Serna

Entrenador de Casademont Zaragoza U22 y ayudante del primer equipo masculino.



Marie Pierre Uriarte

Entrenadora ayudante del primer equipo femenino de Casademont Zaragoza.



Marta Martínez

Entrenadora de la cantera de Casademont Zaragoza.



Kike Aztaráin

Preparador físico de cantera y del primer equipo masculino de Casademont Zaragoza.



Rafael Blanco

Fisioterapia de Casademont Zaragoza.

➤ ¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

El Campus de Alto Rendimiento de Graus está dirigido exclusivamente a jugadores y jugadoras nacidos entre 2008 y 2014 (ambos años incluidos), orientado a quienes buscan una experiencia deportiva exigente y enfocada a la mejora competitiva.

A diferencia de otros formatos, este programa se desarrolla únicamente bajo la modalidad de Alto Rendimiento, con una planificación específica centrada en la tecnificación avanzada, el perfeccionamiento táctico y la optimización de la preparación física. El trabajo está diseñado para deportistas con base previa y motivación por dar un paso más en su evolución.

Toda la programación (entrenamientos, sesiones específicas y actividades complementarias) se estructura en un único nivel de Alto Rendimiento, garantizando un entorno homogéneo, competitivo y adaptado a la edad y etapa formativa de cada participante.



CAMPUS
ALTO RENDIMIENTO



➤ FECHAS

El Campus de Verano Alto rendimiento de Graus se celebrará durante el mes de julio, en único turno de una semana de duración.

**Domingo 12 de julio
al sábado 18 de julio**



CAMPUS
ALTO RENDIMIENTO

➤ PRECIOS Y QUÉ INCLUYE

El precio de inscripción al Campus de Alto Rendimiento es de 650 €, importe que incluye también el transporte para los participantes, facilitando así el desplazamiento hasta la sede del campus y garantizando una mayor comodidad para las familias.



La inscripción al Campus de Alto Rendimiento en Graus, organizado por la Fundación Basket Zaragoza, ofrece una experiencia completa que combina formación deportiva, convivencia y actividades complementarias en un entorno preparado para el desarrollo de los jugadores que incluye:



Alojamiento en régimen de Pensión Completa en Graus.



Entrenamientos de baloncesto de Alto Rendimiento.



Acceso diario a la piscina.



Equipación oficial del Campus.



Entrenadores y monitores titulados.



Seguro de RC y de accidentes.



CAMPUS
ALTO RENDIMIENTO



TRANSPORTE

Se ofrecerá servicio de bus para aquellos participantes que quieran hacer uso del mismo desde Zaragoza (incluido en el precio de la inscripción).

La salida será el domingo 12 de julio a las 15:00 horas desde el pabellón Príncipe Felipe. La vuelta será el sábado 18 a las 10:30 horas desde Graus. Llegada al Príncipe Felipe (Zaragoza) sobre las 12:30 horas.



CAMPUS
ALTO RENDIMIENTO

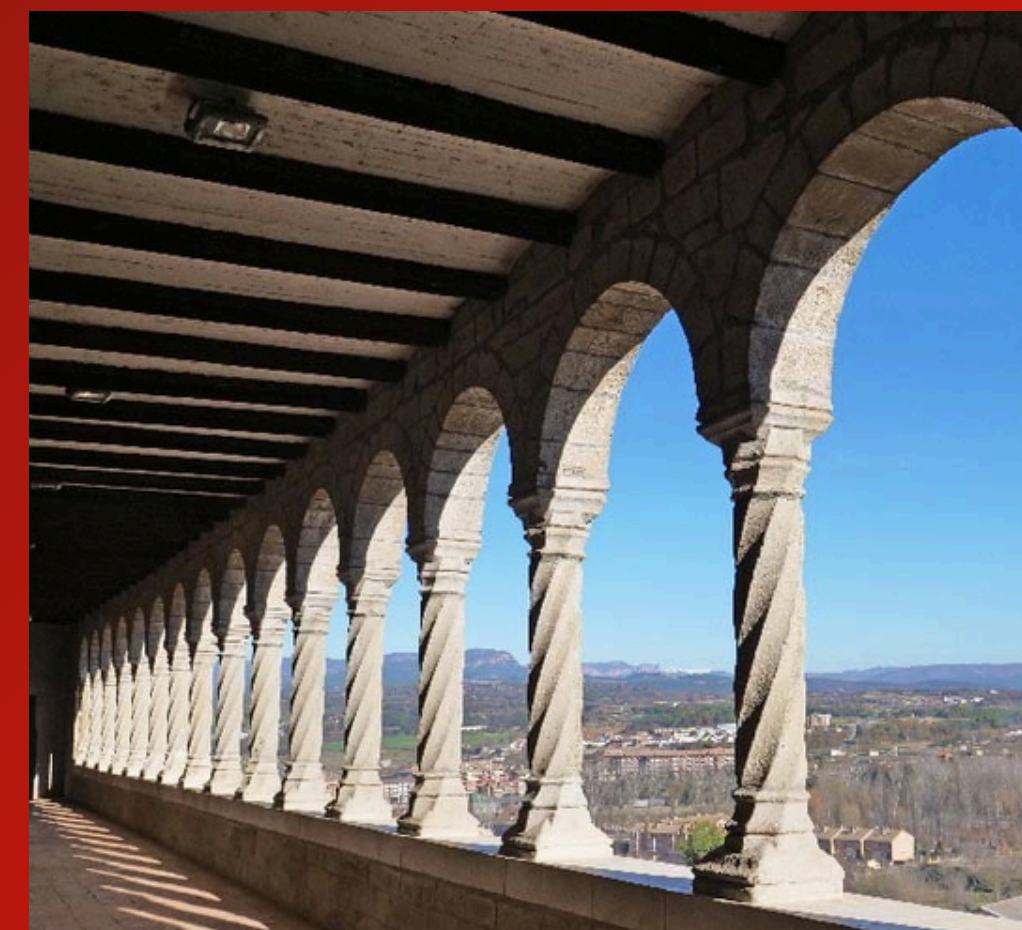


➤ GRAUS

El Campus de Alto Rendimiento se desarrolla en un entorno privilegiado del Prepirineo aragonés, donde la tranquilidad, el aire puro y el paisaje natural crean el contexto ideal para la concentración, el trabajo exigente y la mejora deportiva. La ubicación permite combinar instalaciones adecuadas para la práctica intensiva con un ambiente que favorece el descanso y la recuperación.

Situada en la comarca de la Ribagorza, Graus destaca por su riqueza histórica y su singular casco antiguo, presidido por la emblemática Plaza Mayor, uno de los espacios urbanos más representativos del norte de Aragón. En lo alto del municipio se alza la Basílica de la Virgen de la Peña, que ofrece una panorámica excepcional del valle.

El municipio está atravesado por los ríos Ésera e Isábena y se encuentra próximo al Embalse de Barasona, configurando un entorno natural de gran valor paisajístico que aporta serenidad, belleza y unas condiciones óptimas para integrar deporte y naturaleza en una misma experiencia.



CAMPUS
ALTO RENDIMIENTO



CONTACTO

Teléfono: 976 237 240

Email : campus@basketzaragoza.net



CAMPUS
ALTO RENDIMIENTO





CAMPUS
ALTO RENDIMIENTO