

# CAMP MINIBASKET A TUKSI IN ESTONIA

Seconda mia esperienza in qualità di Direttore Tecnico di un Camp in Estonia.

Il Minibasket Camp è stato organizzato a Tuksi (21-28 giugno 2015) dalla Estonian Basket Association e ha visto la partecipazione di 128 bambini/e provenienti da molti Club dell'Estonia, suddivisi in 8 squadre (Tigri, Orsi, Aquile, Lupi, Castori, Volpi, Linci, Serpenti).

Il Camp ha visto la presenza, oltre del sottoscritto, di 18 Istruttori (Janne Rits, Mikk Sarik, Howard Frier, Allar Raul Pajumets, Kaia Kosk, Andrus Noormagi, Lolita Gretseva, Ragnar Leppikus, Kristin Tamberg, Mailis Pokk, Martin Korjus, Mia Alexandra Aidia, Liliana Pirsoo, Karmen Goldin, Mart Raam), una Physical Conditional Coach (Jelena Petrovic), quattro dirigenti (Henri Ausmaa, Meelis Reind, Martin Rebane, Marilyn Narep) e un medico (Annika Harmits).

Il Camp è stato sponsorizzato da Haribo, Premia, Bambona, Estonian Basket Association, Estonian Kultural Capital, Node Swat

Il Minibasket Camp è stato aperto il primo giorno con l'alzabandiera, con tutte le squadre schierate e il giuramento da parte di un rappresentante per squadra.

Tre i campi di basket a disposizione (all'aperto), un campo di volley e un campo di atletica in terra battuta: il tutto nel bosco! Oltre al programma tecnico di basket stilato dal sottoscritto, sono state organizzate altre attività (stretching, staffette di corsa nel bosco, gare di tiro alla fune, orienteering, gare di atletica leggera, folklore e musica).

Ogni mattina alle ore 8.00 corsa nel bosco e stretching per tutti, colazione e poi inizio degli allenamenti. Ogni giorno (dalle ore 9.00 alle ore 12.00 e nel pomeriggio dalle ore 15.00 alle ore 18.00) ho presentato a tutti i partecipanti un fondamentale (palleggio, tiro, passaggio, difesa, giochi di collaborazione a 2 e a 3 in attacco e in difesa) e poi suddivisione nei diversi gruppi e lavoro con gli Istruttori estoni.

Ho lavorato molto sulle capacità motorie (con i palloncini a elio, con le palline da tennis, con i coni e con la musica e i ragazzi estoni hanno gradito molto questo nuovo tipo di lavoro e si sono molto divertiti), perché la tecnica non migliora se non si educano e si sviluppano le capacità motorie!

Inoltre ogni giorno, al termine della sessione tecnica, sono state disputate gare a squadre (tiri liberi, tiri da 3 punti, Fulmine, slalom in palleggio, 1 vs 1, 3 vs 3 e 5 c 5) e le finali l'ultimo giorno con premi per tutti.

Ogni sera riunione tecnica con gli Istruttori per analizzare il lavoro della giornata. I primi giorni del Camp temperatura glaciale (12-14°) e tanto vento che disturbava il lavoro sul campo, poi leggero miglioramento, ma al massimo siamo arrivati a 20°, però il sole è stato quasi sempre presente. In Estonia a 6-7-8-9 anni i bambini imparano tutte le discipline sportive a Scuola e nei Club sportivi. Il Minibasket inizia a 10 anni (Microbasket), continua a 11 anni (Macrobasket) e termina a 12 anni (Minibasket), il canestro è per tutte le età alto mt. 2.60 ed è obbligatoria la difesa a uomo. Ogni anno la Federazione organizza uno o due Festival di Minibasket con la partecipazione di centinaia di bambini che disputano gare e partite di Minibasket.

A 13-14 anni inizia l'attività giovanile, canestro a mt. 3.05, i blocchi sono vietati. Fino a 15 anni non si possono utilizzare i blocchi, non male come idea!

I giovani estoni sono molto forti fisicamente, hanno un carattere forte, sono abituati a lavorare duro, non desiderano essere corretti troppo spesso, molte ragazze tirano a 2 mani e non amano molto difendere.

Hanno poca percezione spaziale perché stanno troppo vicino alla palla e quindi incontrano molte difficoltà a passare, ad anticipare e a marcare i tagli, però al termine dei 10 giorni grosso miglioramento per molti!

In Estonia ho maturato un'altra grossa esperienza, sia dal punto di vista tecnico che umano, ho conosciuto molte persone, sono entrato in empatia con i bambini/e sin dal primo giorno e alla fine mi è dispiaciuto ritornare a casa, ma il Camp di Folgaria mi aspettava!

Prof. Maurizio MONDONI