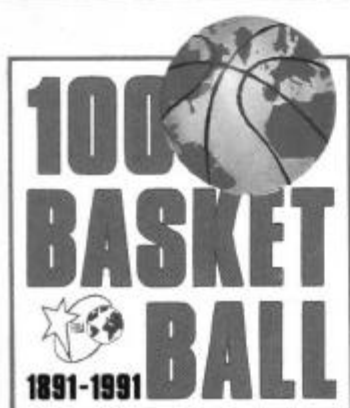


ELINIC

REVISTA TECNICA DE BALONCESTO

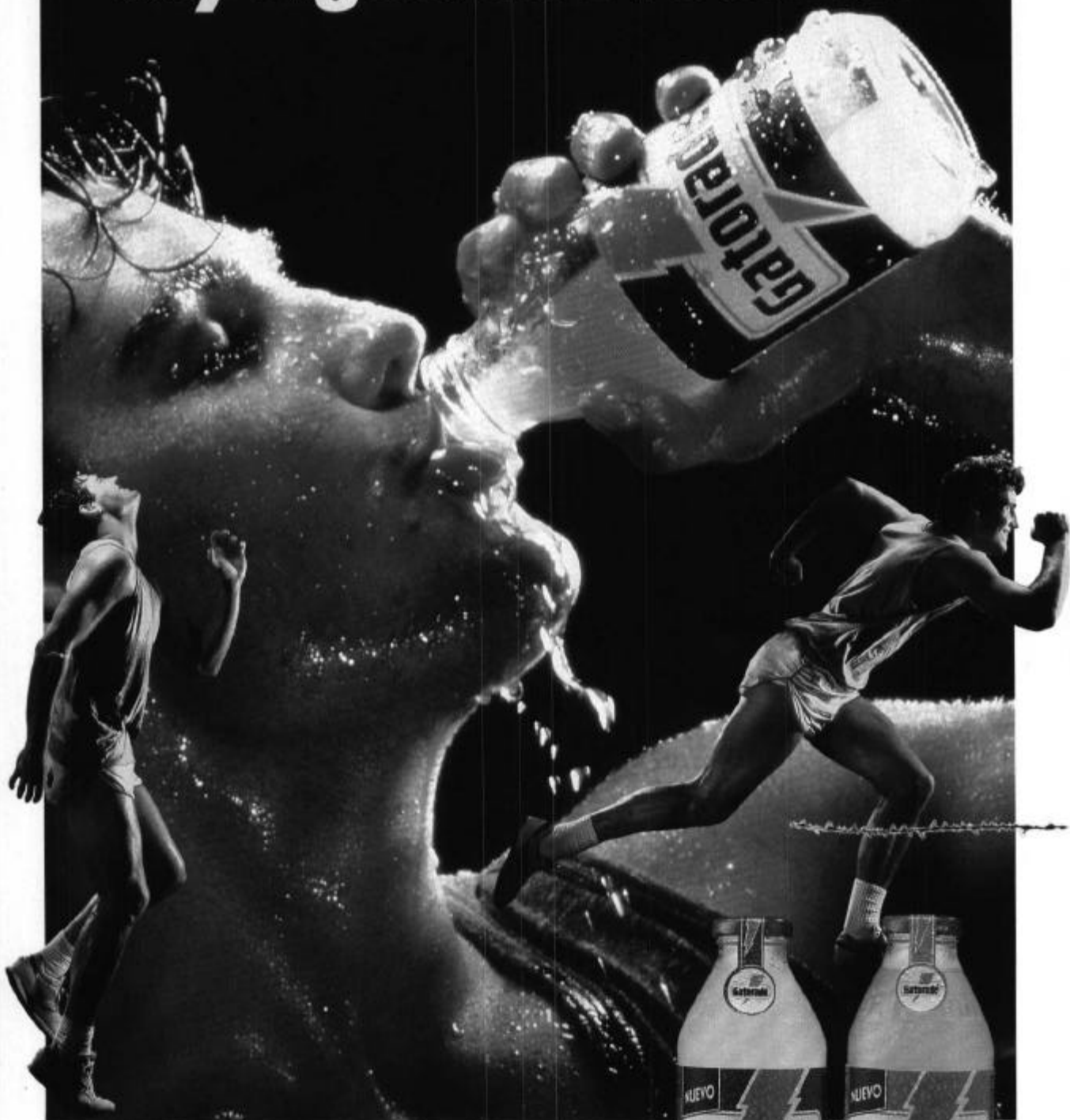
Año IV - Núm. 15 - Octubre 1991

DIFUSION GRATUITA PARA LOS SOCIOS



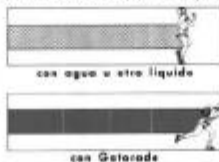
Jorge Juan, 82 - 28009 MADRID

Gatorade. Vence la sed ...y sigue con fuerza.



Todos los deportistas saben que al practicar un ejercicio físico, el cuerpo tiene sed. Una sed profunda que el agua sola no puede vencer. Sed de fluidos y sales minerales esenciales, que se pierden durante el esfuerzo y que es necesario reponer para continuar en plena forma.

Gatorade, bebida sin gas, ha sido formulada con esta función. Gracias a las sales minerales que contiene, además de vencer la sed, favorece una rápida rehidratación, restablece el justo equilibrio hidrosalino y devuelve el tono muscular al atleta, para que pueda seguir con fuerza.



Gatorade. La nueva bebida que devuelve la resistencia y capacidad física.

Gatorade® es distribuido en España, en exclusiva, por **COMERCIAL ELOSUA S.A.** 900 - 111 333

AFRONTAR NUEVOS RETOS

Es evidente que el hecho de que este año se conmemore el cien aniversario de la creación del baloncesto no podía pasar desapercibido para nosotros.

Tal efeméride justifica por sí sola la edición de este número en su mayoría dedicado al centenario. Sin embargo otro hecho se viene a sumar al mismo. En el transcurso de mi mandato, nuestras relaciones internacionales se han multiplicado. Fui nombrado Presidente de la Asociación Europea, confirmando el liderazgo que a nivel de estas entidades ostenta la A.E.E.B., y haciendo posible el generoso esfuerzo que nuestra Asociación realiza para que tal entidad sea una realidad. Desde mi toma de posesión se ha realizado un ambicioso plan de expansión de actividades técnicas hacia los países de Europa Oriental en colaboración con la F.I.B.A.: se han impartido conferencias técnicas en Hungría, Checoslovaquia, Bulgaria y Albania y se han organizado clínicos en Francia, Inglaterra, Alemania, Italia, Portugal y España.

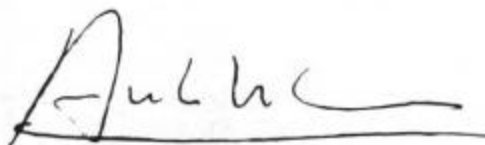
Por otra parte, nuestra relación con N.B.A. también ha sido creciente: clínic de la «Final Four» y «Platja d'Aro», en los años 1990 y 1991 respectivamente, son las muestras más fehacientes.

Por último, el hecho importantísimo de que el Presidente de la Asociación Europea sea miembro de la Comisión Ejecutiva de la F.I.B.A. supone la culminación del proyecto internacional que desde nuestra querida A.E.E.B. se propugna.

Sin embargo, esto es únicamente un punto de partida. Ahora viene la labor más dura; se trata que, ante los retos, sepamos reaccionar y crear unas estructuras deportivas que faciliten la formación de los entrenadores, cualesquiera sea su nacionalidad, la intercomunicación entre ellos, mediante programas coordinados de actividades técnicas, la configuración de los estatus amateur y profesional de nuestros técnicos y su homogeneización en los diversos países de nuestro entorno.

Han transcurrido cien años y mucho ha evolucionado este deporte, pero más ha de evolucionar, y por ello todos los entrenadores debemos estar preparados para afrontar estos nuevos retos.

Recibid un cordial saludo.



ANTON M^º COMAS I COMA
Presidente de la A.E.E.B.

Edita
A.E.E.B.
Edición Internacional
E.D.B.-S.r.l.
Presidente
Anton M^º Comas i Coma
Director
Ramón Guardiola
Director Internacional
Dan Peterson
Coordinación general
Francisco Miret
Traducción
Neus Blanch
Fotos
J.M. Arolas, M.A. Forniés y Revista Gigantes

Han colaborado en este número
Kevin Svits, Garry W. Colson, Don Horwood, Rusty Smith, Stan Jones, Tommy Galtner, Bob Reinhart, Brad Ellis, Guido Novello, Fabrizio Frates, Mike D'Antoni, Ettore Messina, George H. Killian, Javier Zaragoza, Juan Carlos Milljana, Joan Junoy, Pepe Liso, Franco Pinotti, Manuel Montesinos, Alfonso Del Corral, Javier Vaquero, José María Buceta, Manolo Coloma, Trifon Poch, Antonio García Montes, André Ostric, Pere Ferreres, Joan Cerdá.
A.E.E.B.
Redacción y publicidad: Jorge Juan, 82
28009 MADRID
Teléfonos: (91) 575 35 65 - 575 21 81
Fax: (91) 577 50 73

Distribución
Gratuita a todos los socios
Realización
Claudi Boix
Autoedición
P. Cerrillo
Fotomecánica y fotolitos
Pixel, S.L. - Foto Capi, S.L.
Impresión
MCD
Depósito legal: M-26999-1988
ISSN: 0214-2653

(c) 1991 A.E.E.B.- Reservados todos los derechos. Prohibida la reproducción total o parcial sin la autorización de la A.E.E.B.

EL DESARROLLO DE LA FIGURA DEL ENTRENADOR EN LOS ÚLTIMOS QUINCE AÑOS

Por **ETTORE MESSINA** (Entrenador Knorr de Bolonia)

El 1 de septiembre de 1976 llevé a cabo el primer entrenamiento en mi profesión de entrenador con el equipo cadete del club Reyer Canon de Venecia. El 1 de septiembre de 1991, mi actual club, el Virtus Knorr de Bolonia, comunicaba haber «cortado» un gran campeón como Ray Sugar Richardson por abuso de estupefacientes.

Entre las muchas cosas que he llegado a pensar en estos pésimos días de septiembre del 91, la más extraña fue esta: hace quince años no existía el problema de la droga en el baloncesto. Pero, después, me vino a la memoria, en rápida secuencia y sin ninguna conexión lógica, que hace quince años no habían dos extranjeros por equipo; no existía el vídeo; muy pocos entrenadores tenían un ayudante; la mayoría de entrenadores y jugadores eran semiprofesionales; no había NBA por televisión; no existían las pizarritas para dibujar en los tiempos muertos; quien poseía unos bermudas grises de «entrenador americano» era envidiado; no se jugaban muchos partidos; los jugadores, con frecuencia, iban al playground y, finalmente, se ganaba mucho menos dinero que ahora.

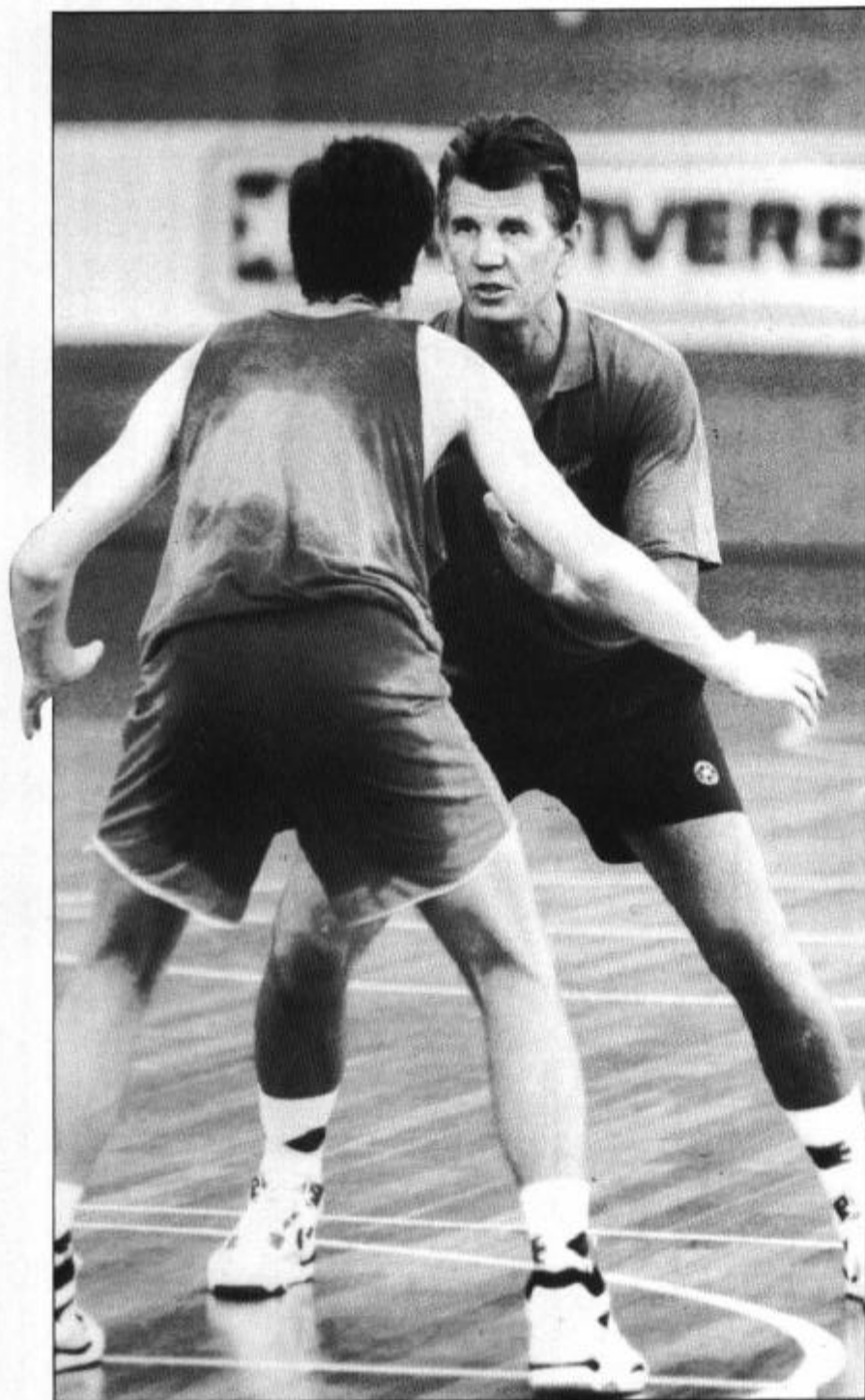
¿Qué entrenador era, entonces, el coach de un equipo de serie A en 1976? Era indudablemente un personaje apasionado, implicado mentalmente en el basket al 100%, aún teniendo un segundo trabajo; era ciertamente un estudioso de una asignatura que no se había profundizado tanto a causa de los todavía escasos contactos con Estados Unidos, y sobre todo, en la mayoría de los clubs en evolución, era el punto de referencia, el estímulo para crecer. En algunos casos era además un líder

carismático, un símbolo de la sociedad, como por ejemplo Cesare Rubini en Milán, Asa Nikolic y después Sandro Gamba en Varese. En los últimos quince años la sociedad en la que vivimos ha sufrido profundas transformaciones, principalmente debido al increíble desarrollo de los medios de comunicación. La posibilidad de conocer realidades lejanas a las que nos movemos normalmente, ha abierto los horizontes de todas las actividades, sea económicas que sociales y deportivas.

Las nuevas reglas de comunicación de masas, y los intereses que ello conlleva, han determinado el desarrollo de múltiples sectores económicos y, en consecuencia, también del deporte, especialmente el profesionalizado. Los grandes patrocinadores, los derechos televisivos, los grandes índices de audiencia (televisivo y en directo) han dado y están dando una dimensión siempre más relevante al mundo del basket. El entrenador de un equipo profesional de los años noventa debe pues enfrentarse a una realidad completamente distinta de la de hace algunos años. Las relaciones con la prensa y la televisión se han incrementado hasta ser cotidianas; los clubs están estructurados de forma más completa con managers encargados de los distintos sectores; los jugadores son, en muchos casos, unas estrellas superpagadas con un cambio en la relación entrenador/jugador favorable a este último. Efectivamente parece descontado que en el caso de problemas entre jugadores de gran nivel y entrenador puede existir el riesgo para éste de quedarse en el paro, o peor todavía desde mi punto de vista, de convertirse en más «condescendiente». Al

entrenador pues no sólo se le pide de saber baloncesto, sino también que sepa llevar buenas relaciones con la prensa y la televisión, que sepa gestionar las relaciones personales y técnicas con jugadores de distintas personalidades, en muchas ocasiones ex profesionales de la NBA y, como último pero no menos importante, organizar el equipo desde el punto de vista técnico-táctico para conseguir el mayor número de victorias. Una personalidad pues compleja, con ciertas connotaciones de manager moderno, entendiéndose con la palabra «manager» una persona que coordina recursos técnicos y humanos, que una sociedad posee en cualquier sector, con el fin de obtener los mejores resultados posibles. La figura del «manager» obliga a bien precisas responsabilidades, además que a notables incentivos económicos, dado que en caso de fracasos podemos ser sustituidos. Todo esto le puede pasar a un entrenador, pero llega a ser inaceptable en los casos en que no se le haya prestado el tiempo necesario para valorizar los recursos a su disposición, dejándose desmoralizar por los primeros resultados negativos o cuando no se le pide el máximo de profesionalidad a todos los componentes del equipo.

Las desviaciones en el basket moderno se suceden cuando se malinterpreta el término «gestionar las relaciones», por ejemplo, con los jugadores más famosos. Es obvio, a este respecto, que la profunda evolución de nuestra sociedad ha contribuido a erradicar completamente las relaciones «dictatoriales» y las gestiones de «padre/padrone» en favor de gestiones en las que hay más implicaciones desde el punto de



vista humano, fundadas sobre las motivaciones y la exaltación de las responsabilidades individuales en el interior de un grupo. Es también verdad, por otro lado, que los jugadores más importantes y mejor pagados deben ser justamente por ello los líderes de un grupo, desde el punto de vista también del trabajo diario. Una gestión fundada en el «cerrar los ojos»,

puede tener un resultado positivo en un corto período, pero a largo plazo llevará el caos al club, mucho más allá del simple cese de un entrenador poco acomodaticio.

Es evidente, a este respecto, el ejemplo de los equipos ganadores en largos períodos de tiempo, siempre caracterizados por la presencia de jugadores líderes positivos y de una

«cultura de trabajo» donde la mejora individual y colectiva está vista por los componentes del grupo como una «conditio sine qua non» para llegar al éxito. Y esto sucede en el basket, en el voleibol y en cualquier ambiente de trabajo extradeportivo.

La fuerza de un club, por encima de la importancia de toda la infraestructura moderna (audiencia televisiva, cobertura periodística, organización interior) y del nivel alcanzado, reside en el **factor humano**, entendiéndose con ello no sólo la capacidad y las cualidades morales de los que trabajan en la sociedad deportiva, sino también la existencia de una filosofía de club que sea la base conductora de la actividad de todos sus componentes. Y realmente el presidente o el propietario de un club son los primeros que deben y pueden determinar la filosofía de trabajo de un club, ciertamente no menos importante es el empuje que puede desarrollar el entrenador: con su comportamiento dentro y fuera de la cancha, su serenidad en las opiniones, con el ejemplo de trabajo que ofrece. Esto sucede en cualquier nivel: desde el equipo profesional hasta el equipo de tercera división o en el sector de base de un pequeño club de provincia. La razón es muy simple: la profesionalidad de un entrenador no está ligada con el sueldo, así como no está condicionada por lo que se tiene a disposición. No se es profesional gracias al video, a las pizarras o porque se habla por la televisión nacional. Se es profesionalista y profesional cuando se tiene una determinada forma de entender el propio trabajo y hacemos lo posible para «contagiar» el ambiente en el que nos movemos, a prescindir del nivel. El segundo aspecto es muy importante porque una seriedad en el trabajo como fin en sí misma no es suficiente: el trabajo del entrenador alcanza una buena calificación cuando su liderazgo es positivo. No es fácil, pero por suerte podemos decir que por lo que respecta a la importancia del factor humano, nada ha cambiado en los últimos quince años. □

LA PROFESION DE ENTRENADOR

Por **ANTONIO GARCIA MONTES** (Asesor Jurídico A.E.E.B.)

Cuando hace tres años el Presidente de la A.E.E.B. me pidió que colaborara con él en mi condición de abogado, me pregunté si de verdad una persona como yo, tendría cabida en una organización de entrenadores como la nuestra.

Es cierto que en mi calidad de entrenador me había integrado en la Asociación hacía ya tiempo, y que había colaborado en distintas etapas en actividades técnicas, pero nunca me había planteado que en mi campo profesional podría realizar una actividad parecida y en una entidad de este tipo.

Los temas a abordar son muchos: en nuestro caso podríamos hablar de la dificultad de adaptar nuestra Asociación al mapa autonómico; la posibilidad de dar contenido a la E.A.B.C. y articularla respetando el hecho comunitario y los recientes acontecimientos europeos: el desarrollo de la Ley del deporte y las nuevas titulaciones, etc.

Sin embargo en este número monográfico conmemorativo del centenario del baloncesto abordaré desde la experiencia de mi trabajo en la Asociación un tema no deportivo pero que es fiel reflejo de la evolución de este deporte: **el entrenador profesional**.

Al principio, el entrenador de baloncesto era el profesor de educación física que buscaba el desarrollo de las cualidades físicas de los alumnos a través de un deporte de sala, evitando así las inclemencias y rigores del invierno.

Tras la organización de competiciones extraescolares y académicas cada vez más era el número de personas que sacrificaban su tiempo libre en la dirección de un equipo, sin embargo tal actividad no revertía beneficio económico pues presidía el amateurismo consagrado en la carta olímpica, siendo duramente



perseguida la actividad remunerada, tanto en el deportista como en el que lo preparaba. Plasmación de ello es el retrato que de esa situación hace la excelente película «Carros de Fuego» referida a un entrenador de atletismo.

La evolución del deporte hacia el deporte espectáculo y de masas,

donde las incidencias comerciales y mercantiles eran cada vez mayores, no fueron acompañadas por una evolución de los conceptos de profesionalidad y exclusividad que ello requería; a lo más que se llegó, y las instituciones nacionales reconocían, era a contemplar la figura del «amateur compensado».

CLINIC «CENTENARIO DEL BASKET»



MEMORIAL IGNACIO PINEDO



Días 27, 28 y 29 de Diciembre - Vitoria



LOLO SAINZ

Entrenador Montigalá Joventut



ETTORE MESSINA

Entrenador Knorr Bologna



HERB BROWN

Entrenador Taugrés



GEORGE KARL

Entrenador Real Madrid



CHEMA BUCETA

Seleccionador nacional femenino



PEPE LASO

Secretario técnico Taugrés



PATROCINA

SPALDING

V I T O R I A
BASKONIA
G A S T E I Z



Organiza A.E.E.B.

Inscripción: A.E.E.B.,
calle Jorge Juan, 82 - 28009 Madrid
Para más información
llamar a los teléfonos:
(91) 575 35 65 - 575 21 81
Fax: (91) 577 50 73

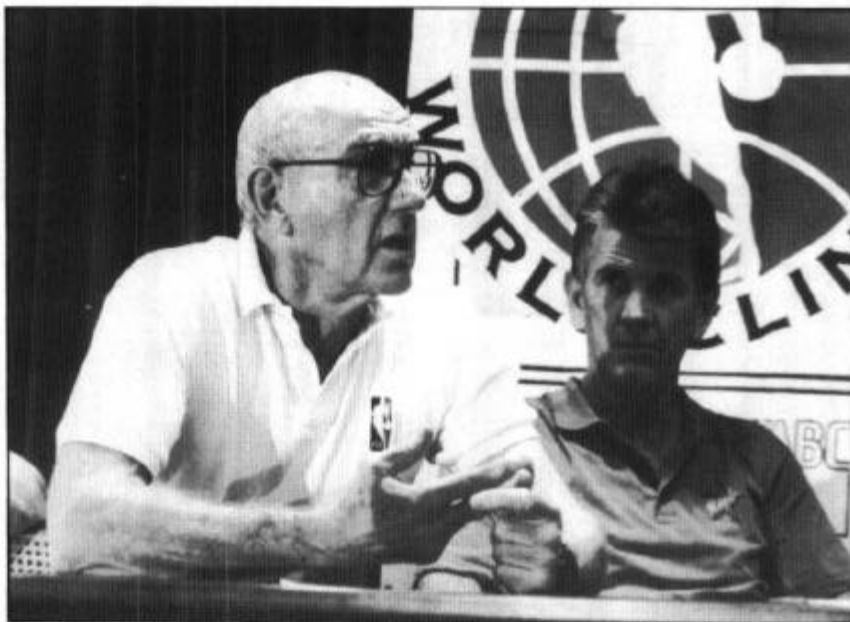
Esta solución llevó a tener al deportista, tanto al practicante como al entrenador, en una situación paradójica: mientras era útil para el deporte, «las compensaciones iban aumentando», pero cuando no lo era para quien alimentaba su empresa de espectáculo («club» u otra entidad contratante) no se le reconocía derecho alguno pues «no era trabajador».

Además a ello colaboraba la diferenciación que las instancias internacionales hacían de las organizaciones como la NBA que habían superado tal prejuicio y asumían lo que era práctica generalizada, que en el deporte espectáculo o «de masas» al atleta se le exige plena dedicación y que por tanto debe de hacer de ello, y durante el tiempo de vida deportiva, su principal fuente de ingresos, aplicándoles los derechos y obligaciones que a cualquier profesional, no permitiendo a los atletas o deportistas acudir a las grandes manifestaciones internacionales: Juegos Olímpicos, Campeonatos del Mundo, etc.

Sin embargo esta situación ha cambiado recientemente y ya internacionalmente no se hace tal distinción. Pero este cambio ha tenido lento reflejo en nuestra legislación, y aún hoy por hoy es tema polémico.

Si bien los jugadores, gracias al desarrollo del Estatuto de los Trabajadores de 1980 por Reales Decretos de 1981 y de 1985, tienen una normativa específica que los considera trabajadores -aunque su desarrollo todavía presenta lagunas-, mayor problema tienen los entrenadores, aunque el mismo lo había paliado el Tribunal Supremo de nuestro país sentando recientemente la doctrina de que los entrenadores de baloncesto, fútbol, etc., deben registrarse por la misma normativa que los deportistas profesionales.

Tal hecho abre un ingente trabajo para una Asociación como la nuestra, y de cuya experiencia esperamos se sirvan otros países a través de la E.A.B.C. Ya no sólo tenemos que atender las necesidades técnicas de nuestros compañeros, sino que también tenemos que atender sus ne-



cesidades profesionales y laborales.

Este es el gran reto: se trata de asumir que muchos de los entrenadores van haciendo de esta actividad su profesión. Ello supone la necesidad de hacer efectiva la recalificación jurídica que da el Tribunal Supremo a la relación que los une a sus clubs, federaciones, escuelas deportivas, etc.; la necesidad de configurar si sus ingresos deben ser tratados fiscalmente como a los del resto de los trabajadores por cuenta ajena y qué problemas, al tener períodos de trabajo inferiores al año fiscal, se plantean para aplicar las normas generales; cual es su sistema de previsión, teniendo en cuenta la irregularidad de su prestación, riesgo de viajes y desplazamientos, gran presión a la que están sometidos en el ejercicio de su trabajo, etc.

Ello nos hizo articular un mecanismo para tratar de abordar estos problemas, la creación de nuestro **Comité Profesional**, pionero en Europa en el tratamiento de los problemas profesionales de los entrenadores. De ello se van beneficiando no sólo los directamente afectados -recientemente hemos suscrito con A.C.B. el correspondiente Convenio Colectivo que nos hace gozar de un estatus legal del que la mayoría de los trabajadores gozaban desde 1980 y que las dificultades de aplicación a una figura tan especial como es la del

entrenador había evitado que hasta el momento así ocurriera-, sino todo el colectivo, pues nos ha permitido, basándonos en nuestra experiencia con aquellos, dar unas directrices para favorecer los estados de semiprofesionalidad existentes y darles un adecuado tratamiento jurídico.

Pero la actividad no acaba ahí; debemos avanzar en materias como permisos de trabajo para el extranjero, derechos laborales de los extranjeros en España, obligaciones en cuanto a su titulación, etc.

Si por último añadimos que cada día el derecho deportivo tanto en su faceta organizativa como disciplinaria es mayor, evidentemente es mucho el trabajo que nuestra Asociación debe realizar en este campo.

Este trabajo, es algo sordo, del que nuestros entrenadores no se deben preocupar, y que seguramente no valorarán; a pesar de lo cual se debe hacer, y pensamos seguir haciendo. Y sólo en oportunidades como esta, y con el abuso de la paciencia de nuestros lectores, lo difundiremos. En la seguridad que lo importante para ellos son los movimientos de pies de los pivots, el 2c2, el corte, el bloqueo, etc., pero con la conciencia de que si alguno hace de ello su vida, nuestros esfuerzos permitirán que goce de su trabajo sin tener miedo al futuro. □

LA EVOLUCION DEL ENTRENADOR DE BALONCESTO EN FRANCIA

Por **ANDRE OSTRIC** (Vice Presidente de la Asociación Francesa de Entrenadores de Baloncesto)

La A.F.E.B., Asociación Francófona de Entrenadores de Baloncesto, nació en Julio de 1977. Muchas peripecias y balbuceos tuvieron que pasar antes de que apareciera una Asociación eficaz y dinámica que pudiera reunir un número significativo de entrenadores de baloncesto de lengua francesa.

El primer entrenador famoso como tal fue **Robert Busnel**, quien hizo luego una espléndida carrera con la medalla de plata conseguida en los Juegos Olímpicos de Londres en 1948. Se quedó como entrenador del equipo de Francia hasta los Juegos Olímpicos de Melbourne. Su concepción del juego era fácil: habilidad y condición física. Se oponía a la «Asociación de Entrenadores de Baloncesto» creada en 1949 por un grupo compuesto principalmente por profesores de educación física y que basaban sus métodos sobre fundamentos científicos. Busnel, para combatirla, creó en 1953, la «Agrupación de Entrenadores». Las dos asociaciones, después de algunos escarceos desaparecieron.

Por aquel entonces, la Federación organizaba unos stages nacionales de entrenadores de 1º, 2º y 3º grado. El poder técnico estaba muy centralizado. Había muy pocos contactos entre los entrenadores franceses y sus colegas extranjeros.

El Estado francés no se tomaba en serio el deporte, que no había llegado a ser todavía un hecho en la sociedad. Cada federación tenía delegado el poder y organizaba por sí sola su propia formación de técnicos.

La «Asociación de Entrenadores de Baloncesto» produjo algunos documentos interesantes pero con una difusión muy limitada.

En 1960, Francia obtuvo unos resultados generales muy modestos en los Juegos Olímpicos de Roma. El poder estatal se emocionó y es con el nombramiento del Coronel Crespín, en el puesto recientemente creado de Director de los Deportes, cuando se organizó una verdadera política deportiva.

En primer lugar, fueron creados los cuerpos de los Directores Técnicos Nacionales y de los Entrenadores Nacionales. Y es la creación del cuerpo de los Asesores Técnicos Regionales, la que dio un gran impulso al deporte francés en general, y al baloncesto en particular. Una verdadera descentralización técnica siguió a continuación.

Los Asesores Técnicos Regionales tenían como una de sus misiones principales, la formación de técnicos. Se organizaron numerosos stages y la

información empezó a circular por todo el territorio. Rápidamente fue creado el cuerpo de los Asesores Técnicos Provinciales, lo que amplió el fenómeno.

En 1966 por primera vez, un entrenador, Robert Busnel es nombrado Presidente de la Federación Francesa de Baloncesto. Abrió el campeonato de Francia a los extranjeros. Otra etapa estaba cumplida, los entrenadores franceses tenían acceso directo a los modelos americanos, lo que reactivó la polémica entre los defensores del modelo americano y los contrarios a él.

Pero el Estado francés, interesándose cada vez más en el funcionamiento de las federaciones, creaba en 1972, los Diplomas del Estado.

Entonces, el trámite para ser entrenador era el siguiente:

— Título de Monitor 1º grado	}	al nivel provincial
— Título de Monitor 2º grado		
— Título de Entrenador 1º grado	}	al nivel regional
— Título de Entrenador 2º grado		
— Título de Entrenador 3º grado	}	al nivel nacional

La aparición de los Diplomas del Estado, dejaba obsoleta la clasificación federal y todas las federaciones adoptaron de una manera más o menos rápida el orden del Estado. La Federación Francesa de Baloncesto suprime los títulos de entrenador de 2º y 3º grado y los sustituyen por los Diplomas del Estado de 1º y 2º grado.

El Diploma del Estado de Educador Deportivo (B.E.E.S.) está com-

puesto por dos partes para cada uno de esos grados:

— Un tronco común a todos los deportes: conocimientos generales en anatomía, fisiología, psicología, ciencias de la educación, etc.

— Una parte específica cuyo contenido está fijado de acuerdo con cada federación.

Esta iniciativa del estado fue muy discutida. Los reparos principales de

sus detractores eran la intelectualización de la profesión y el rechazo ipso facto de todos los autodidactas. Pero las ventajas superaban, y con mucho, a los inconvenientes.

Dicho todo esto, y respecto a la entrada en vigor de las directivas de la Comunidad Europea, queda claro que Francia es uno de los países más organizados en el plan de los educadores deportivos; siendo uno de los pocos países en tener una legislación específica y que estará en situación privilegiada el 1 de Enero de 1993.

Por aquel entonces, si los jugadores americanos aportaban una nueva visión de la técnica individual, en el plan táctico, los entrenadores estaban todavía fuertemente influenciados por el baloncesto de los países del Este. Los intercambios de información se hacían por medio de los Campeonatos de Europa, de las Copas de Europa y de las giras en Francia de los equipos extranjeros. Hay que mencionar también que en el baloncesto femenino de aquella época, los entrenadores eran muy pocos y pertenecían casi todos al cuerpo de Asesores Técnicos.

El cuerpo de Asesores Técnicos era muy importante, cuyo número oscilaba alrededor de 80, y lo esencial de su acción se ejercía principalmente sobre las jóvenes promesas y los futuros entrenadores. Numerosos stages se organizaban en cada región. Justo antes de la aparición de los Títulos del Estado, los entrenadores titulados eran unos 10.000.

Y llegó el año 1977, año de la creación de la A.F.E.B. Si la Asociación fue creada, no fue por casualidad, sino que fue el principio de una nueva expansión europea. Esta expansión se debió, ante todo, a los medios de comunicación que empezaban a interesarse por el baloncesto de alto nivel y a los progresos de los instrumentos de comunicación: las cintas de vídeos empiezan a circular, los adversarios son filmados, se emiten por televisión las Copas de Europa, ... todo esto amplía prodigiosamente el campo de los conocimientos a explorar. Más tarde, con la celebración de clínicas con entrenadores famosos, tanto europeos

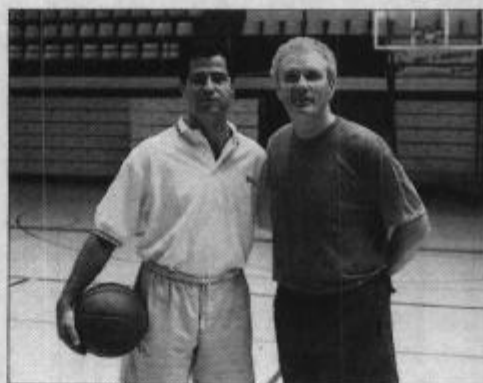
Nuevo libro editado por la AEEB

EJERCICIOS DE FUNDAMENTOS

En situaciones reales de juego

EJERCICIOS DE FUNDAMENTOS

EN SITUACIONES REALES DE JUEGO



por JAVIER IMBRODA y HUBIE BROWN



Por JAVIER IMBRODA (*Entrenador Mayoral*)

y

HUBIE BROWN (*Entrenador NBA*)

Múltiples ejercicios de fundamentos técnicos individuales y colectivos explicados en situaciones reales de juego

Precio: 1.000 ptas. más gastos de envío. Pedido contrareembolso a la AEEB.
Jorge Juan, 82, 5º 1ª - 28009 MADRID Teléfonos: (91) 575 35 65 - 575 21 81
FAX: (91) 577 50 73

Tirada limitada: reserva tu ejemplar

como americanos, se empieza a dar a conocer, comparar y apreciar las maneras múltiples de entrenar y de enseñar a jugar el baloncesto. Y la posición de entrenador es, además, reconocida como el elemento más importante en el buen funcionamiento de una asociación.

De esta manera, cada vez es más importante la situación de los entrenadores. La Federación Francesa de Baloncesto establece en Junio de 1983 el **Estatuto del Entrenador**. Este Estatuto impone a todos los equipos que juegan en el campeonato de Francia tener un entrenador titulado. La implantación de este Estatuto revalorizaba la función del entrenador. Por aquel entonces, pocos entrenadores estaban retribuidos y las ofertas de empleo superaban a las deman-

das, y enseguida el número de entrenadores retribuidos aumentó rápidamente.

Estos entrenadores, semiprofesionales, sintieron la necesidad de reunirse y crearon la U.G.E.N.E.B. en Octubre de 1984. Esta agrupación (cerca de 100 afiliados), dirigidos por un código interno de trabajo, quiere ser un sindicato que defiende la profesión del entrenador. Su actividad se centra en la preparación de los contratos de trabajo y en la defensa de los miembros en situación de despido. La U.G.E.N.E.B. se complementa y está bien relacionada con la A.F.E.B. (revista trimestral común, intercambios permanentes, bi-pertenencia de los afiliados ...).

Actualmente, la A.F.E.B. (cerca de 1.000 afiliados), reconocida oficial-

mente por la Federación Francesa de Baloncesto en 1979, persigue una política con varios aspectos:

— Crear unos lazos de amistades entre sus miembros.

— Asegurar la formación continua con la organización de clínicas, con viajes al extranjero con motivo de grandes competiciones o para simplemente descubrir el baloncesto americano, con un servicio de alquiler de vídeos, y sobre todo con la difusión trimestral de la revista PIVOT.

Es deseable y considerable que la A.F.E.B. y la U.G.E.N.E.B. se reagrupen en una asociación comprendiendo varias secciones que reunirían el conjunto de los entrenadores franceses. □

CONOCIMIENTO Y TRABAJO

Por **PEPE LASO** (Entrenador Superior)

Una simple mirada a un no muy lejano pasado, me hace comprender lo difícil que se tiene que hacer para todo el colectivo de entrenadores profesionales, la situación en que nos movemos en la actualidad.

Son tantas las transformaciones: presión ambiental..., prensa especializada..., salarios..., En definitiva, inseguridad. Según mi opinión este marco de trabajo tiene poco que ver con lo que algunos nostálgicos recuerdan como idílico.

Hace pocos años el entrenador respondía al siguiente perfil: Persona relativamente joven, retirada prematuramente de la práctica del juego, de gran vitalidad y una gran dedicación; esto le permitía asumir simultáneamente funciones de directivo, masajista, secretario técnico y un largo etc. Su gestión destilaba cariño y comprensión en el resto de los «responsables» del club. Casi siempre desarrollaba su trabajo en su ciudad

de origen y debido a sus raíces, sus relaciones con los periodistas eran magníficas, entre otras razones porque sus metas eran las mismas: conseguir que un deporte minoritario destacase; no han pasado tantos años desde que a los partidos asistían las familias de los jugadores y pocos más. Podría extenderme en los recuerdos, pero sería caer en tentación placentera.

Han pasado diez años (más o menos), y la situación se parece bien poco. La formidable gestión de todos, directivos, muchos de ellos entrenadores retirados, medios de comunicación, enriquecidos con la incorporación de más y más profesionales, entrenadores y jugadores, ha hecho evolucionar el ambiente. Como digo, la situación no se parece en nada. El entrenador continúa ejerciendo su vocación, pero acotada a sus aspectos técnicos. Posiblemente los excesos de algunos de nosotros, tiempos atrás, han creado un rechazo

en los actuales dirigentes hacia cualquier opinión sobre como confeccionar una plantilla o qué hacer con aquel veterano jugador; cunden los ejemplos donde el último fichaje es el entrenador, el cual debe entrenar lo que el presidente ha tenido a bien fichar.

Estas circunstancias desembocan en una realidad terrible para el entrenador. La «soledad» es la compañera de viaje en un trabajo tan necesitado de comprensión y ayuda. El entrenador de hoy está solo. Únicamente puede desahogarse con sus ayudantes, y algunas veces la ambición de estos les hace ser involuntariamente traidores. Es igual, el fin de ambos es la «soledad».

Vivir esta realidad no es fácil. ¿Cómo no caer en el «amiguismo»? ¿Cómo no buscar puntos de apoyo aunque sean falsos?. Es difícil, pero caer en esta debilidad conduce a convertirse en marionetas de los demás.

Se ve con frecuencia el entrenador que en sus relaciones con los medios de comunicación cae en el amiguismo. Dar primicias a unos y no a otros, invitar o ser invitado a cenas para provocarlógicos acercamientos que conducen casi siempre a falsas amistades poco duraderas.

Olvídamos que los periodistas son como mínimo tan listos como nosotros mismos y que desarrollan una profesión tan apasionante como la nuestra, por lo tanto no se van a dejar manipular como nosotros desearíamos. Los entrenadores sólo son respetados por los medios de comunicación en función del respeto a su independencia. Francamente, considero más rentable dejar de comer para atender a un profesional de la información que comer dos veces para intentar manipular sus opiniones.

Nuestras relaciones con los «jefes» también han cambiado y se han hecho más difíciles. La posición de un club, ante la necesidad de tener un técnico, se lleva a fin, a través de dos posibilidades: la primera es aquella en la que el Club ficha a la persona que desea. En este caso el entrenador es recibido como el médico en casa del enfermo, todo está a su disposición, es fácil escuchar frases tales como *«por fin tenemos el hombre que necesitan nuestros jugadores...»* o aquella *«a partir de hoy todo va a ser diferente»...*, afirmaciones quiméricas que jamás se cumplen. La mejora de un equipo es labor de todos y normalmente cuando algo ha ido mal, no toda la culpa fue del anterior entrenador. Si el entrenador es prudente en su tiempo de «gloria» podrá durar; si por el contrario se «emborracha» de mesianismo, su final estará próximo.

La otra figura del entrenador es aquella que se contrata porque *«fulanito no estaba disponible»*. Por las oficinas se oyen fácilmente frases pladosas como: *«no teníamos otro disponible»...*, *«me parece que fulano (jugador) se lo va a comer en dos días»...* Difícil entrenar así; que inseguridad la del entrenador que sabe que a la primera de cambio, su ya conocida soledad se va a ver acompañada por la desconfianza



de los directivos.

¿Qué hacer para romper esta dinámica desde la posición del entrenador? Revisando someramente la historia pasada y reciente, incluso en el presente, se ven entrenadores que con éxitos y sin ellos mantienen sus puestos de trabajo sin grandes dificultades. ¿Cuál es el secreto? ¿Qué ven sus clubs para que sea así? Posiblemente los clubs no son tan caprichosos como nosotros creemos; a lo mejor los clubs pierden la confianza en el entrenador no sólo por las presiones ajenas o los resultados, sino por algo más profundo: se sienten decepcionados por otras más sencillas, como la falta de dedicación, las disculpas, la falta de ambición y un largo etc., que nosotros no aceptamos desde la comodidad fácil del fatalismo.

Sin ánimo de dogmatizar y sabiendo que nadie se sentirá aludido, mantengo que estos privilegiados que siempre tienen equipo, no tienen otro secreto que el «trabajo». Esta es la palabra clave del entrenador de hoy. Nuestro éxito se supedita a una dedicación plena de la mañana a la noche.

Cuando se llega a fin de temporada y el club hace balance, siempre toma en cuenta la mejora de los jugadores, la dedicación a los jóvenes,

la honestidad en los momentos difíciles, las traiciones o fidelidades con los medios de comunicación y un largo etc., que todos conocemos. No se nos debe escapar que de las tan cacareadas penurias técnicas de los jugadores españoles y de sus insuficiencias tácticas, todos nosotros los entrenadores, tenemos un porcentaje mayor o menor de culpa. Francamente no es un éxito técnico que, con preparador físico y uno o dos ayudantes por equipo, el progreso sea tan lento en el jugador español.

Han cambiado mucho en pocos años las relaciones entrenador-jugador; recuerdo como se trataba años atrás a los jugadores, todo era porque sí; ahora es más difícil, tenemos que convencer. Antes estaba siempre preparado el camino del «decreto-ley», ahora hay que recurrir a otros argumentos y sólo utilizar éste en contadas ocasiones.

Dice el coach Daly en un instructivo libro sobre su carrera, frases como las siguientes: *«si no te llevas bien con tus mejores jugadores no sobrevivirás», «tienes que dejar algo de tu propia estima y algo de tu ego para pactar con ellos, tienes que saber hacerlo o tus posibilidades de éxito son cero».*

Al margen que pienso que es más fácil escribir que vivir experiencias, incluso para el mismo coach Daly, si

creo que sus ideas son las más actuales y vigentes en las relaciones jugador-entrenador. Antes se mandaba, ahora se dirige a la gente muy bien pagada y en muchos casos sin madurez, que únicamente dan los años, que no el dinero. El entrenador que rivalice con sus jugadores va mal; aquel que no respete el status especial de las estrellas también lo tendrá difícil. Realmente las situaciones se han complicado mucho, pero todavía existe algo más complicado: hoy, la única fórmula que tiene el entrenador para obtener el respeto de sus hombres son sus conocimientos. El jugador de hoy es egoísta y quiere ser lo mejor posible por cobrar lo más posible; se siente presionado por su corta carrera. Por eso se contempla cada vez más, sobre todo en jugadores jóvenes, presiones comprensibles hacia los clubs para ser entrenado por este o aquel entrenador.

Compleja situación. Antes se podía entrenar sabiendo un poco, con mucha voluntad, carisma y bastante «mala leche»; ahora sólo existen dos argumentos: «conocimiento y trabajo». Mis conclusiones son que el entrenador autodidacta, imaginativo y carismático ya no es suficientemente válido, se necesitan mejorar tantos aspectos que individualmente no se puede.

Sólo la A.C.B., sus estructuras, su economía y su desinterés en resultados semanales puede resolver. Igual que es impensable que sin el apoyo de la administración se desarrolle, la ciencia, la cultura la investigación y un largo etc., igual de anacrónico es que los entrenadores españoles alcancen cotas de altos conocimientos para enseñar y dirigir a los jugadores de alta competición sin la plena colaboración de la A.C.B.

Mi gran reto va dirigido a la A.C.B. Sería un gran placer para nosotros encontrar una predisposición hacia estos temas tan favorable, como la que hemos tenido con todo aquello que nos ha relacionado desde la creación del Comité Profesional de la Asociación Española de Entrenadores de Baloncesto. Tengo mi idea de como se podrían llevar adelante estos planes, pero es otro asunto. □

500 EJERCICIOS PARA UN BASKET VELOZ

500 EJERCICIOS PARA UN BASKET VELOZ

Por ALESSANDRO DEL FREO



Presentación
DAN PETERSON



edición: AEEB

Por ALESSANDRO DEL FREO

Profesor de educación física y entrenador de baloncesto

Presentación DAN PETERSON

500 ejercicios originales para mejorar la capacidad técnica y atlética del jugador de baloncesto de base y de élite

Precio: 1.500 ptas. más gastos de envío. Pedido contrareembolso a la AEEB.
Jorge Juan, 82, 5º 1º - 28009 MADRID Teléfonos: (91) 575 35 65 - 575 21 81
FAX: (91) 577 50 73

Tirada limitada: reserva tu ejemplar

«JUNTO AL JEFE NO SE SIENTA CUALQUIERA»

Por **TRIFON POCH** (Entrenador Ayudante Valvi Girona)

Para empezar, simplemente una cuestión de terminología que os apunto más como una preferencia particular que como una afirmación intocable apoyada en el rigor de la teoría lingüística. La denominación «segundo entrenador» indica, es evidente, una jerarquía y, más que otra cosa, una posición entre los técnicos del equipo. Yo prefiero «**entrenador ayudante**» que denota, por encima de todo, la función que se ejerce en el equipo que es lo que verdaderamente importa. Y hay otro matiz que considero importante y es que antepone a cualquier otra valoración la de que esta figura es un entrenador.

Es cierto que se han dado situaciones irregulares en las que el cargo de ayudante ha sido ocupado por alguien de confianza para el club sin atender demasiado a su capacitación y con la idea básica de ejercer un control directo del entrenador, como fuente de información. Ha habido otras en que un fiel e inseparable escudero ha sido prácticamente impuesto al club, más por un vínculo de amistad que por un rigor deportivo profesional. Estas y otras situaciones, cada vez menos habituales, deben pasar a ser recuerdos de otra época. Entre todos hemos de conseguir que los que estamos escogiendo el camino de la profesionalidad dentro del baloncesto estemos realmente capacitados para ello de una manera seria, sin picaresca, nuestro trabajo. Tal vez, cuando alguno de los actuales «**entrenadores jefe**» (y no «primer entrenador») tome la interesante decisión de sentarse en un banquillo como ayudante, todos tendremos más claro que al lado del jefe no se sienta cualquiera.

El nuestro es un deporte de equipo. Eso es obvio en lo que se refiere al juego pero, en mi opinión, esta evidencia no es tal cuando dirigimos nuestra mirada a la estructura técnica. En los últimos años el trabajo se ha multiplicado y si un entrenador jefe quiere competir en las funciones que el baloncesto moderno y las estructuras actuales le exigen, ha de saber delegar en sus ayudantes competencias, faenas que ya no deben ocupar su tiempo.

Y he dicho ayudantes, en plural, porque realmente es necesario que junto al entrenador ayudante haya otros asistentes, entre todos ocupados de los «trabajos más manuales». El entrenador ayudante será el más cualificado, el de mayor confianza. Todos los ayudantes trabajarán para conseguir que los pequeños detalles, siempre tan importantes, se solucionen y no entorpezcan la marcha y la evolución técnica del equipo. Son muchas las faenas que han de trabajar y que al entrenador jefe han de llegarle solucionadas, citemos algunas:

— Tener siempre a punto el material en estrecha colaboración con el delegado del equipo. Preparar todo lo necesario para el juego: balones, equipajes, conos, toallas, bebida, etc. También los útiles imprescindibles para el trabajo técnico: pizarra, vídeo, cintas, utensilios para la oficina de entrenadores ... Hay que decir aquí que es importante que el ayudante tenga asumido el aspecto servicial que implica en ocasiones su trabajo. No hay que rasgarse las vestiduras por preparar toallas, limpiar el sudor del suelo o por acarrear los balones.

— Estudio pormenorizado de las

estadísticas propias y las de los rivales.

— Observación durante los partidos de aspectos concretos del juego:

- Porcentaje de éxito en los contraataques.
- Seguimiento de un jugador en una faceta del juego en la que se exige su concentración máxima, por ejemplo, en bloqueo de rebote.
- Cuantas veces usamos cada movimiento.
- Proporción entre tiros librados y tiros defendidos del equipo contrario.

— Creación de archivos de vídeos, revistas, apuntes, libros, etc. que sirvan de información y de formación para los entrenadores del club.

— Control y seguimiento de las categorías inferiores.

— Reclutamiento de niños para los equipos de base.

— Entrenar un equipo de base.

— Ayudar a la integración en el equipo de los jugadores nuevos, en especial, de los extranjeros.

Hay mucho que hacer, sin duda.

En las últimas temporadas ya han hecho aparición en nuestra liga los «terceros entrenadores». Ya es un síntoma destacable. De cualquier manera, nuestra escuela no tiene una tradición en este aspecto y convendría que aprovecháramos el paso por nuestro país de entrenadores extranjeros, en especial los de U.S.A., para incorporar a nuestros equipos técnicos un mejor y más completo funcionamiento como tales.

Actuando por este camino vamos a cumplir a la vez con una serie de objetivos que también aparecen como deseables. Uno de ellos es la formación de nuevos y cada vez más



capacitados entrenadores. Cuantas veces habremos oído la frase: «Es que no hay entrenadores». Pues bien, vamos a hacerlos.

Hay ocasiones, es cierto, en que un entrenador jefe ha preferido tener a su lado a un hombre de paja con tal de sentir una mayor seguridad a la hora de conservar su puesto. Es evidente que la facilidad con que se cesa a un entrenador en la actualidad puede promover esa desconfianza. También lo ha hecho la actitud depredadora de algunos ayudantes. Nuevamente quiero pensar que todas estas situaciones son ya recuerdos de unas estructuras y de unas maneras de hacer que ya nada tienen que ver con las que la competición española marca.

La calidad del ayudante es importante para ofrecer mayor colaboración al entrenador jefe y aumentar así la capacidad de trabajo del grupo, para dar una seguridad a la entidad en cuanto a la capacitación deportiva y profesional de un

potencial futuro entrenador jefe, para incidir directamente sobre la formación de los jugadores jóvenes, etc.

Sus funciones pueden ser muy diversas:

- Estudio de los equipos oponentes.

Este puede ser un aspecto importante en la marcha de un equipo. Es, a la vez, un trabajo atractivo y que proporciona al entrenador una base de conocimientos y un método indispensables en su formación y su futuro trabajo.

Observación, análisis, conocimiento del juego, utilización del vídeo, transmisión de la información a los jugadores.

- Seguimiento de jugadores jóvenes que puedan interesar para un futuro, incluso de otras competiciones inferiores.

- Seguimiento de jugadores extranjeros que puedan ser interesantes para el equipo.

Conocer su evolución cuando llegan a Europa, sus estadísticas; re-

coger toda la información posible sobre su juego, su carácter, archivar sus vídeos.

- Trabajo de técnica en los entrenamientos individuales del equipo senior.

- Trabajo específico con los jóvenes.

- Tener una incidencia mayor en el trabajo ofensivo o en el defensivo del equipo.

Lógicamente todas estas y otras funciones dependen directamente de la manera de trabajar del entrenador jefe. Hay que ver si éste prefiere acaparar la mayor parte del trabajo o si normalmente está acostumbrado a trabajar en equipo y a hacer que su equipo trabaje. En mi opinión, los entrenadores ayudantes nos auto-limitamos muchas veces a trabajar sólo lo que nos dejan, y no debería ser así. Nuestra insistencia en la aportación de ideas para el trabajo diario o durante el partido ha de ser constante. Hay muchas ocasiones en que al encontrar un no como respuesta

aminoramos la marcha y hay que tener en cuenta muchas cosas: no siempre acertamos. Una idea puede no ser útil al instante y si más adelante.

También sucede, en especial en los partidos, que el entrenador jefe, parece no recibir alguna de nuestras aportaciones. Hay que valorar la situación de tensión que supone el juego y la atención que concentra a numerosos aspectos del mismo. No por ello debemos dejar de sugerir, dialogar, preguntar.

Hay que tener iniciativas, hacer más cosas como ayudantes pero por nosotros mismos, y al realizarlas, o quizás mejor al pensarlas, no hacerlo intentándonos acercar a lo que nosotros haríamos si fuésemos entrenadores jefe. Todo ha de estar tamizado por la idea que el entrenador jefe tiene del equipo y por las líneas de trabajo que él marque.

También se debe tener en cuenta que trabajamos para una entidad y no para el entrenador jefe. Esto simplemente quiere decir que estamos bajo su dirección, por supuesto, pero que hay toda una serie de ocupaciones útiles para la entidad que no debemos abandonar.

No quiero con ello desterrar el concepto de fidelidad hacia el entrenador jefe. Con el desarrollo de los clubs hacia estructuras empresariales, cada vez ha de estar más claro cuál es la relación entre la entidad y el entrenador, sin que por ello tengamos que dejar de sentir vínculos normales de amistad o seamos capaces de implicarnos de una manera más o menos romántica en un proyecto deportivo junto a otro entrenador o junto a un grupo de trabajo identificado entre sí.

Una fidelidad no ha de imponerse a la otra.

Otro objetivo que podemos cumplir al trabajar en equipo es que se están creando más puestos de trabajo en los que de una manera u otra ejercer nuestra profesión. Tal vez, algunas cosas cambiarían si realmente el mercado de trabajo para un entrenador fuese más amplio. Tampoco todo ha de limitarse a ser protagonista, entrenador jefe, o la



nada.

Entre todos debemos dignificar profesional y económicamente otras funciones técnicas dentro del equipo. Está claro que no todos los entrenadores sirven para ser jefe, o para ser ayudante. Podemos incluso especializar al máximo funciones como las de instructor de tiro, trabajo con hombres altos, reclutamiento de jugadores, observación de equipos rivales, etc. ¿Cuántas personas útiles para el baloncesto como entrenadores de cualquier índole estamos perdiendo?

En todas estas reflexiones subyace el deseo de que la figura del entrenador ayudante empiece a ser valorada de una manera seria. Y el camino no es otro que el de dignificar al entrenador jefe en el marco de protagonistas que intervienen de una manera u otra en nuestro deporte. Desde nuestra posición de ayudantes es mucho lo que podemos hacer. Desde un tema tan puntual como puede ser mejorar nuestra imagen en la competición. Si los entrenadores jefe han decidido desde el Comité Profesional de Entrenadores cuidar este aspecto obligándole a trabajar

con americana y corbata en los partidos de competición oficial, por qué no secundar esta idea y hacer nosotros lo mismo. Hasta temas de mayor trascendencia como pueden ser:

- Eliminar actitudes de amiguismo con jugadores, directivos, periodistas.

- Hacer desaparecer, de una vez por todas, la figura del ayudante dispuesto a ocupar a cualquier precio el puesto de su entrenador jefe.

- No sólo omitir cualquier protesta a los árbitros durante los partidos, sino colaborar en evitar cualquier conflicto que pueda haber con ellos desde el banquillo o la pista.

En definitiva, se trata de hacer las cosas lo mejor posible, de ampliar y llevar al más alto nivel nuestras capacidades y nuestras actitudes para ganar el respeto que ahora mismo no tiene esa figura que se sienta junto al jefe.

Esta ha de ser una de nuestras aportaciones para ayudar a mejorar la imagen del entrenador y a que se valoren en su justa medida sus conocimientos, su persona y su trabajo. □

PROFESIONALISMO NBA

Por **JUAN CARLOS MITJANA** (Árbitro Internacional. Entrenador Superior)

Durante el pasado mes de Julio, del 15 al 19, tuvo lugar en Barcelona un **Campus de Árbitros** donde intervinieron, como profesores, árbitros NBA, NCAA y FIBA. Se trata de una nueva experiencia en el territorio nacional, siguiendo un trabajo ya iniciado el año pasado en Las Palmas. Estamos acostumbrados a oír hablar de clínicas para entrenadores y campus para jugadores, que son distintos estilos de concentración, donde sus participantes reciben nuevos conceptos, para seguir aprendiendo y obtener nuevas experiencias. La pregunta que mucha gente se hace es: ¿Qué hacen los árbitros para superarse? Aparte de los informes técnicos que periódicamente se les hace, y de los stages que realizamos al principio de temporada, iniciamos ahora una nueva etapa en el arbitraje español: **Los Campus**.

En estos **Campus**, la inscripción debe ser abonada por cada uno, a diferencia de las concentraciones realizadas hasta la fecha, en donde todas las actividades eran gratuitas. Estos **Campus** son parecidos a los que se realizan en USA, donde los árbitros se apuntan a aquellos que son específicos para mejorar los aspectos más débiles de su arbitraje.

Estamos oyendo continuamente la palabra **Profesionalismo** arbitral, y todo el mundo sólo habla del tema económico. Después de pasar una semana con estos monstruos del arbitraje, uno se queda impregnado de **Actitud y Comportamiento Profesional**. Poder estar una semana con Tomy Nuñez, 18 años como árbitro en la NBA, sirve no sólo para aprender de él, sino para volver a ordenar tus ideas sobre el arbitraje, y aunque yo también estuviera de profesor en el Campus no pude hacer más que situarme en un plano de alumno e intentar captar todos los mensajes

que Tomy y Many Reinoso, árbitro NCAA y FIBA de gran prestigio internacional, nos intentaban explicar. Si desde un punto de vista técnico, sus conceptos quizás no distan mucho de los utilizados por nosotros, su **Profesionalismo** está a años luz. Repito que no me refiero al dinero que perciben por su trabajo sino a su comportamiento y mentalidad para estar en el baloncesto más espectacular del mundo. Un ejemplo: durante su estancia en Barcelona cada día salían a las 7 de la mañana a correr por la calle, estamos hablando de personas de 51 años una y de 48 otra, comían lo justo, no querían grandes comilonas.

Su forma de ver el arbitraje, del sacrificio necesario para llegar a la élite, es extraordinario. Esta es la tercera vez que tengo la suerte de tener contacto directo con el arbitraje NBA, y cada vez me han impresionado. La primera fue una entrevista en las oficinas de la NBA en Nueva York con Mat Winnick, jefe de operaciones de la NBA y responsable de los árbitros, de la cual aún guardo en mi mente sus respuestas y explicaciones. La segunda, el año pasado en Las Palmas durante un Campus de Árbitros, también con Tomy y Many, pero desde un plano de simple asistente. La tercera, esta vez como Director del Campus, he tenido la suerte y el orgullo de observar más a fondo su estilo de comportamiento durante una semana entera.

De entre las conversaciones mantenidas con ellos, de sus clases y del material y documentación aportados durante el Campus, he considerado importante resaltar estos puntos, que, si bien pueden ser ya conocidos, cobran de nuevo su importancia al ser tratados de forma especial por ellos; se trata de su filosofía de arbitraje:

1) *Pasar lo más desapercibidos posible durante los partidos.*

2) *Mantener el control del partido con el menor número de intervenciones posibles.*

3) *Garantizar la igualdad entre ataque y defensa.*

4) *Impedir que la violencia domine los partidos.*

5) *Favorecer el juego espectáculo* (Tienen muy claro que la NBA es un negocio que se mantiene gracias al público, y que lo que éste quiere es espectáculo: mientras hay público, hay negocio para todos).

6) *Arbitraje defensivo:* Más vale avisar al jugador que puede incurrir en una infracción, que esperar que la cometa para sancionarle (Por ejemplo, el uso ilegal de las manos en el marcaje entre los bases).

Para acercarnos más a este mundo tan profesionalizado voy a describir 15 puntos del manual para árbitros NBA, con lo que será más fácil entender su filosofía y analizar nuestra situación particular con respecto a su baloncesto.

Para la NBA, **Profesionalismo** es el criterio que tiene la NBA para seleccionar a los árbitros tanto dentro como fuera de la pista. Es el prestigio de la NBA y de los propios árbitros, su actitud y comportamiento profesional.

1) Designaciones

Las designaciones para dirigir los encuentros que Vd. recibe son **Confidenciales y Secretas**, no debe comentarlas con nadie. Únicamente el comisionado, el departamento de operaciones, el jefe de personal y los árbitros acompañantes deben saber donde está Vd. trabajando.

(Incluso no se mandan a la prensa para evitar campañas, ni que los entrenadores opinen o preparen los partidos en función del árbitro).

2) Normas de viaje

Prepare con antelación y tiempo suficiente sus viajes, y en el caso de condiciones climatológicas malas, prevea soluciones alternativas con el fin de no retrasar su llegada a la ciudad. Cuando tenga partidos consecutivos deberá partir, si es posible, después de finalizar el encuentro; deberá realizar el viaje a primera hora del día siguiente, para así poder descansar el tiempo suficiente en la nueva ciudad.

Si su encuentro no es al día siguiente, se le requiere que llegue a su destino la noche anterior a la celebración del encuentro.

No puede viajar con un equipo en el mismo medio de locomoción, salvo en caso de absoluta necesidad. Esté seguro de estar bien descansado el día del encuentro. No coma desde lo menos 3 horas antes del encuentro e intente descansar 2 horas anteriores.

Cada árbitro tiene una maleta NBA que deberá ser usada y llevada en el avión, no la facture.

3) Vestuarios

Esté en el pabellón aproximadamente una hora antes de comenzar el partido. Váyase directamente al vestuario en cuanto llegue al recinto de juego. No vaya a visitarnos a sentarse en las gradas. Tendrá únicamente 35 minutos para cambiarse, calentar y repasar las fichas antes del encuentro, preparándose para el inicio del mismo.

No están permitidas las visitas en el vestuario en ningún momento. Únicamente los árbitros de la liga, pueden estar en el mismo. El jefe del equipo arbitral es el responsable de hacer cumplir esta norma. Es costumbre que se de propina al encargado del vestuario.

4) Salir a la pista

Los árbitros tienen la obligación de estar 20 minutos antes de la hora fijada para el comienzo del encuentro, o esperar la entrada del primer equipo en la pista. El hecho de que el árbitro no sea avisado por el personal encargado de la pista o por la escolta policial no es excusa para llegar tar-

de a la pista.

5) Reunión de capitanes

Cinco minutos antes de que le juego comience pida a los capitanes de ambos equipos que se reúnan en el centro del campo. En este momento puede Vd. contestar preguntas sobre el reglamento, o jugadas confusas e informar a los capitanes que ellos representan a sus respectivos equipos, desee suerte y comience el partido. No entre en discusiones sobre acciones de compañeros suyos en partidos anteriores.

6) Actitud correcta

Cada partido es importante y se debe tratar de esa manera. Cada equipo y afición se merecen *El mejor arbitraje posible*. En ningún momento debe un árbitro mostrar falta de interés.

Predicar con el ejemplo y pedir el apropiado respeto a jugadores, entrenadores y directivos de clubs. Este comportamiento debe llevarse a cabo tanto al principio, como durante y después de los partidos.

No deje pasar infracciones, dejándolas sólo para sancionar al final del partido. No permita violencia en el juego. Trate de ser consistente en cada infracción señalada durante el juego.

7) Conducta

Los árbitros no deben buscar conversaciones con representantes de ningún equipo. No habrá confraternidad de ninguna manera. La falta de cumplimiento de esta norma se considera una falta de disciplina.

Esté preparado físicamente y mentalmente para poder estar al mayor nivel de sus cualidades. Su trabajo será juzgado por su conducta fuera y dentro de la pista. Si Vd. está enfermo, comuníquese con urgencia con el departamento de operaciones, para que pueda ser substituido: *no espere hasta el último momento*.

La arrogancia, altanería o chulería, mostradas por un árbitro hacia un jugador, entrenador o representante de un equipo son innecesarias en cualquier momento. Si alguno de ellos

ha dicho o hecho algo motivo de sanción, utilice la falta técnica o descalificante. Si eso es necesario, notifique al departamento de operaciones por telex o fax, los incidentes. A un árbitro no se le permite el lujo de andar, fuera de sí, perdiendo el control.

8) Contacto con medios de comunicación

Un árbitro no debe aparecer en televisión, radio o conceder entrevistas con la prensa sin recibir el permiso del Vice-presidente de operaciones.

Si los medios de comunicación quieren hablar con Vd. después del encuentro, hable únicamente de reglas o interpretaciones específicas en ese particular incidente del encuentro. No entre en valoraciones personales y en suposiciones sobre segundas opiniones. Si es posible no hable con un solo periodista, hable en grupo.

9) Horarios y disponibilidad

Es obligatorio que el departamento de operaciones pueda localizarlo durante los días que esté de viaje y los días de descanso en su domicilio.

Por eso, cada árbitro dará al departamento de operaciones la relación de los lugares donde estará localizable durante un mes.

Fecha, ciudad, hotel y número de teléfono si se encuentra fuera de su residencia por largo tiempo; este horario será dado junto con su firma de confirmación de las designaciones del mes.

Al llegar a los hoteles confirmar que su nombre esté inscrito en el registro, con el fin de ser localizable. Cualquier cambio de planes deberá ser informado.

La falta de cumplimiento de estas normas durante los días de viaje será penalizado con 100\$; para los días de descanso 50\$.

10) Diálogos

Trate de no hablar con jugadores y entrenadores durante el juego, salvo que sea absolutamente necesario. No inicie Vd. las conversaciones. Recuerde: *«Preguntas concretas, requieren una breve respuesta; pero*

declaraciones muy expresivas no necesitan contestación». El incumplimiento de esta regla será castigado con 50\$.

11) Entrenadores

Los entrenadores deberán estar dentro de su zona, y dar las instrucciones a sus equipos desde esa posición. Únicamente pueden salir momentáneamente para hablar o dar un aviso a un jugador, regresando de inmediato a su posición original.

No tolere gestos o ademanes por parte de entrenadores. Este es un juego emocional, por eso los entrenadores no pueden mostrar sus emociones. Pero la línea de profesionalismo debe ser seguida por entrenadores y árbitros. Den la oportunidad a los entrenadores de volver a su compostura normal en un tiempo razonable. Si un aviso con tacto no tiene éxito, entonces utilice la falta técnica. Los árbitros son los responsables de mantener la conducta en el juego; haga cualquier cosa para controlar la situación. Normalmente es suficiente un aviso sin que sea precisa ninguna sanción. Recuerde que una falta técnica no debe permitir que los entrenadores compren la inmunidad para el resto del encuentro.

12) Uso de la falta técnica

Después de sancionar con una falta técnica, indíquelo a la mesa de anotadores y aléjese del jugador o entrenador envuelto en la jugada. Mientras, el compañero cambia su posición para que Vd. pueda alejarse del conflicto. Recuerde: «Apague fuegos», no «Los avive». Un árbitro puede expulsar a cualquier entrenador o jugador después de una falta técnica sin aviso previo.

Una falta técnica debe ser evitada cada vez que sea posible, pero cuando sea necesaria, se sancionará sin ninguna duda. No deje que entrenadores y jugadores compren su inmunidad después de ser sancionados con una falta técnica.

13) Reglas

Es esencial que cada árbitro conozca perfectamente las reglas y tenga la filosofía y habilidad de in-



terpretarlas correcta, inteligente y consistentemente. Los árbitros tienen que sentir el juego espectacular, gracias a los años de experiencia. Repase su libro de reglas, libro de situaciones y su manual del arbitraje constantemente durante el año.

14) Señales

Las señales son el «instrumento de nuestro oficio del arbitraje». Ellas transmiten la opinión de que un árbitro sabe su trabajo y lo hace muy bien. En estos días de sofisticación en el baloncesto, radio, televisión, participantes y aficionados tienen que entendernos, por esto es muy importante para cada árbitro utilizar sólo las señales precisas de NBA y usarlas explícita y uniformemente. Al hacer esto, ayudaremos a que todos se puedan informar de lo que sucedió.

No use gestos desproporcionados en cualquier jugada. Cualquier movimiento o gesto que realice en una jugada particular, hágalo igual para el otro equipo.

Hay algunas jugadas que «se señalan solas» no siendo necesario agregar movimientos o demostraciones por parte de los árbitros.

Por ejemplo:

- a) Señal de falta personal
- b) Violación de tres segundos
- c) Fuera de banda
- d) Conceder una canasta precedida de falta.

Ocasionalmente es importante

para los árbitros vender sus pitadas, pero también lo es que ciertas señales sean paralelas a la importancia de la jugada.

Los árbitros que no utilizan las señales oficiales de la NBA, provocan la confusión de los distintos medios. Cuando las señales se realizan correctamente muestran confianza y decisión.

Para hacer señales nuevas se debe tener permiso de la NBA, la cual las puede hacer suyas. Las señales oficiales son dignas y comprensibles para todos; las de cosecha propia no encajan en esta filosofía y no deben ser usadas.

Los árbitros que usan señales no autorizadas y se salen de las oficiales NBA, hacen un mal servicio a sí mismo y al juego NBA.

15) Seguir las normas

Los puntos anteriores son las normas NBA, debiendo ser estrictamente seguidas por todos los miembros de esta organización. La falta de cumplimiento de las mismas será motivo de sanción disciplinaria por el comisionado.

Por último recordar que en un partido de baloncesto alguien gana y alguien pierde. A medida que la temporada avanza, hay clubs con récords de encuentros ganados y perdidos. Algunas ciudades atraen fanáticos en gran cantidad y otras no. Hay jugadores veteranos, con gran experiencia y algunos que comienzan. Cada jugador, entrenador y club se merece lo mejor de cada árbitro.

Cada esfuerzo que se haga en la pista, cada aviso que haga, cada vez que suena el silbato debe hacerse sin pensar a donde ni a quien.

Cada jugador, entrenador, asistente, directivo o club, todos deben ser iguales para los árbitros. Esta igualdad debe ser observada y mantenida todo el tiempo. Es la responsabilidad y obligación de los árbitros NBA, el mantener esta consistencia y filosofía.

Espero que poco a poco, aquí en España, podemos ir incorporando conceptos y prácticas que nos puedan acercar más a la NBA. □

LA RELACION ENTRE EL PREPARADOR FISICO, EL ENTRENADOR Y EL RESTO DEL EQUIPO

Por **MANUEL MONTESINOS** (Entrenador y Preparador Físico)

Todos aquellos que llevan años en esto del baloncesto recordarán que hace ya bastante tiempo, empezó a aparecer de forma más o menos incipiente, la figura de un personaje al principio controvertido, luego tolerado y actualmente necesario. Estoy hablando del preparador físico.

La plantilla de los equipos poco a poco ha ido creciendo y se ha pasado de tener jugadores y entrenador, a la super estructura que algunos equipos de élite mueven a su alrededor, en la que destacan, el directivo, el general manager, el delegado, el segundo y tercer entrenador, el médico, el psicólogo, el fisioterapeuta, el utilero, el responsable de material y, como no, el preparador físico.

Es de este último, y de su peso específico dentro del equipo, de lo que me gustaría hablar.

En el baloncesto actual de alto nivel, no se concibe un estilo de juego en el que la condición física no tenga especial importancia ya que el ritmo de juego, la defensa, los contactos y la preparación del equipo contrarlo así nos lo exigen.

Por lo tanto todos los entrenadores se preocupan de contar a su lado con la persona que le garantice que sus entrenados van a encontrarse al cien por cien de sus posibilidades, para afrontar cualquier reto que se les plantee.

Son muchos los factores que inciden en el rendimiento de un equipo, todos ellos importantes de una u otra forma, pero tal vez, y por lo menos así nos lo enseñan en los cursos de entrenadores, lo más importante sea, la técnica, la táctica y la preparación física.

Pues bien, si los dos primeros con-



ceptos son responsabilidad del entrenador, y el último del preparador físico, es lógico pensar que la coordinación entre ellos debe ser muy estrecha. Como de hecho es, cuando las cosas funcionan bien.

A pesar de todo y desde el privilegio que supone poder escribir y expresar a todos lo que uno piensa, me gustaría reivindicar para el sufrido preparador físico el status que le corresponde, ya que así como parece, es copartícipe del nivel que alcanza el equipo ¿por qué es olvidado tan a menudo?

Por el trabajo que desarrolla dentro de la organización, el preparador físico suele contar con la confianza y amistad de los jugadores y por ello es un nexo de unión ideal entre estos y los demás.

Esta faceta no siempre es aprovechada como se debe y sólo en aquellos equipos en los que existe verdadera unión entre sus componentes, hay la comunicación suficiente.

Probablemente, estoy expresando una opinión parcial y subjetiva ya que estoy implicado.

Tal vez esté haciendo una velada crítica de los entrenadores que no confían en sus preparadores físicos o no les dan la responsabilidad que merecen.

Quizás muchos pensarán que ese no es su caso.

Pero de una u otra forma, sólo pretendo, como decía al principio, que poco a poco, el equipo crezca y que la integración entre todos sus miembros sea la idónea. □

ALGUNAS CONSIDERACIONES SOBRE LA PLANIFICACION EN EL BALONCESTO

Por **JAVIER ZARAGOZA** (Segundo entrenador Huesca-La Magia)

En los últimos años, ha existido un gran avance en el terreno de la investigación científica referente a conceptos de planificación en los deportes individuales. A nivel de los deportes colectivos, y en la actualidad, existe todavía un gran campo de actuación e investigación.

El baloncesto es un deporte colectivo, acíclico, de cooperación y oposición, ejecutado en un espacio delimitado y con unas normas perfectamente codificadas. Estas características intrínsecas del baloncesto, hacen que exista en su práctica (entrenamiento, partidos), un número de variables, unas fácilmente controlables, y otras de difícil control. Para asegurar éste, en aquellas variables fácilmente controlables, y para controlar al máximo aquellas de evolución incierta, se hace imprescindible introducir el concepto de planificación.

La dificultad de planificar en el baloncesto, viene dada por una serie de características:

- Las características competitivas (duración, distribución de los partidos, viajes...).
- El baloncesto, como deporte de equipo, requiere la conjunción de una serie de rendimientos individuales, orientados bajo unos objetivos comunes.

La planificación en el baloncesto

En el baloncesto, el control de las cargas de entrenamiento en periodos superiores a una semana, es de muy difícil realización, debido al largo periodo competitivo que abarca desde siete a ocho meses. Las características intrínsecas, la duración del periodo competitivo y la gran cantidad de viajes, hace imposible ajustar

con cierta precisión la dinámica de las cargas, siguiendo los modelos tradicionales de planificación.

Las grandes oscilaciones previstas en las propuestas de planificación de diversos autores, no se pueden llevar a cabo en el baloncesto, fundamentalmente por la imposibilidad de predecir con exactitud el tipo de carga que representan los viajes y, sobre todo, el partido o partidos semanales. Además, deberemos tener en cuenta que no todos los jugadores participan con el mismo número de

minutos..., por lo que valorar el tipo de carga, la mayoría de veces es de muy difícil precisión.

A mi modo de ver, la planificación en el baloncesto, deberá de ajustarse fundamentalmente a una periodización correcta de los diferentes microciclos. La parte fundamental de esta planificación, será la **microadaptación**, que consiste en diseñar las características de la carga semanal o quincenal, siguiendo los principios de sobrecompensación y adaptación, y readaptando la di-

	VOLUMEN	INTENSIDAD	RECUPERACION
PUESTA A PUNTO	MINIMO	MAXIMA	MAXIMA ENTRE ESTIMULOS
REGENERACION	MEDIO	MINIMA	SUFICIENTE ENTRE ESTIMULOS. INTERCALAR DESCANSOS COMPLETOS
MANTENIMIENTO	EQUILIBRIO VOLUMEN - INTENSIDAD		SUFICIENTE

MICROCICLO DE PUESTA A PUNTO

	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES		SABADO
MAÑANA	- Resistencia anaeróbica. - Fuerza explosiva. - Velocidad desplazamiento. - Multisaltos. - Velocidad gestual. - Velocidad trabajada a partir de ejercicios técnico-tácticos.		- Trabajo de contraataque: 5c0 spint haciendo 3-4 acciones consecutivas. - Tiro en movimiento.		- Sólo entrenan los jugadores jóvenes o los jugadores que no lleven jugados muchos minutos.		- Calentamiento con algún trabajo de velocidad. - Situaciones de transición y contraataque: a) 5c4+3c2 b) 4c3+3c1 - Tiro.		- Idem que el miércoles.		DESCANSO
TARDE	- Hablar sobre el último partido - Planteamientos técnico-tácticos sobre los fallos cometidos en el partido anterior. - Técnica individual específica por puestos. Ejecuciones rápidas. - Tiro en movimiento resaltando la ejecución y el desplazamiento rápido		- Planteamientos técnico-tácticos sobre el próximo rival. - Ataque estático. - Defensa + contraataque. - Tiros libres.		- Situaciones de 5c5: a) marcador en contra b) utilizando presiones c) utilizando traps en 1/2 campo. - Tiro en ruedas - Tiros libres.		- Ejercicio de 11. - 5c5: Ataque + defensa + contraataque. - Tiro.		- Repaso sobre los planteamientos técnico-tácticos sobre el rival. - Trabajo de salidas en dribling + tiro. - Ataque zona estático. - Tiros libres.		PARTIDO
M.	1,30 h.	MAXIMA	1,15 h.	MAXIMA SUB MAXIMA			1 h.	SUBMAXIMA			
TARDE	1,30 h.	BAJA	1,15 h.	SUBMAXIMA	1,15 h.	MAXIMA	1,15 h.	MAXIMA	1,15 h.	BAJA	
	VOLUMEN	INTENSIDAD	V	I	V	I	V	I	V	I	

námica de las cargas, al objetivo u objetivos propuestos en ese período de tiempo.

Por tanto, el diseño semanal de microciclo, es fundamental para el control de la carga que se aplica en el jugador. Esto no quiere decir, que no deba existir un plan anual donde queden recogidos:

- Las diferentes fases de competición.
- Períodos.
- Microciclos y su distribución.
- Proceso de desarrollo de las diferentes cualidades físicas y su evolución en el tiempo.
- Distribución general de las cargas. Gráficas o curvas de volumen e intensidad.
- Periodización de los diferentes fundamentos técnico-tácticos.
- Fases de forma óptima o alta

forma.

Este plan general, servirá de plan marco de actuación, será un modelo orientativo.

A partir del desglose de los objetivos generales y específicos, donde quedará reflejado el período o períodos donde queremos que nuestro equipo, en «general», se encuentre en una plataforma de rendimiento óptimo, empezaremos a periodizar los diferentes microciclos y sus características a nivel físico, técnico, táctico y psicológico.

Podemos distinguir tres tipos de microciclos:

- Puesta a punto
- Mantenimiento
- Regeneración

La diferenciación entre estos tres tipos de microciclos está en las características de la carga que debere-

mos aplicar en cuanto a volumen, intensidad y recuperación.

Las peculiaridades de la carga tienen afectación, no sólo a la carga de tipo físico, sino también a la carga de tipo técnico-táctico. La carga de entrenamiento debe considerarse ÚNICA.

Muchos entrenadores, tanto a nivel de categorías de base, como en la élite, entrenan durante toda la temporada, día a día, semana a semana, de la misma manera y con una dinámica de cargas semejantes.

Dentro de nuestra periodización, existirá una sincronía de los tres tipos de microciclo mencionados. El entrenador deberá buscar contenidos o ejercicios adecuados que se circunscriban a la dinámica de la carga de microciclo en cuestión. No se puede afirmar con rotundidad que exis-

MICROCICLO DE MANTENIMIENTO											
		LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
MAÑANA		— Sólo entrenan los jugadores que no han jugado minutos en el partido anterior y los jugadores jóvenes.		— Técnica específica por puestos — Tiro ejecuciones rápidas. — Ataque estático 5c5.		— Idem que el lunes		— Situaciones de ataque: 2c2 3c3 1c1 — Tiro		— Idem que el miércoles.	
										DESCANSO	
TARDE		— Velocidad — Velocidad-resistencia — Resistencia anaeróbica — Hablar sobre el último partido.		— Planteamientos técnico-tácticos sobre el próximo rival. — Defensa + contraataque. — Defensa en inferioridad 5c4, ... — Tiro.		— 5c5 situaciones del partido todo el campo. — Ataque + defensa + contraataque. — Tiro. — Tiros libres.		— Defensa zonal 1/2 campo. — Ataque contra zona. — 4c4 continuo. — Tiro con ruedas.		— Técnica individual. — Repaso de los planteamientos para el partido. — Tiro. — Tiros libres.	
										PARTIDO	
M.		1 h.		1,15 h.	MEDIA			1 h.	MEDIA-BAJA		
TARDE		1,30 h.	MEDIA	1,30 h.	MEDIA	1,45 h.	MAXIMA	1,30 h.	MEDIA	1,15 h.	BAJA
		VOLUMEN	INTENSIDAD	V	I	V	I	V	I	V	I

tan unos contenidos técnico-tácticos para cada tipo de microciclo. Muchas veces, un mismo contenido o ejercicio podrá ser utilizado en dos microciclos diferentes, el ejercicio será el mismo, pero deberá tener una orientación y unas características de ejecución diferentes; además los parámetros que definirán la carga diferirán sustancialmente.

A continuación presento un ejemplo de trabajo semanal de cada uno de los microciclos propuestos. Estos cuadros pretenden ser una mera propuesta dentro de las muchas posibles.

Microciclo de puesta a punto

A través de este microciclo, nuestro objetivo es llegar a obtener un estado de forma óptima. Deberemos ajustar los contenidos del entrena-

miento a un ritmo y a unas exigencias semejantes a las de un partido. La intensidad de ejecución será máxima, la recuperación entre ejercicios oscilará alrededor de un minuto (igual a la duración del tiempo muerto), y el volumen de trabajo será pequeño.

Los contenidos que más utilizo son:

- Ejercicios de contrataques a máxima velocidad de ejecución 5c0, 5c5, 5c4, 4c3...).
- Ejercicios de once.
- Ejercicios de diez.
- Defensa de los cortes (trabajo de gran implicación anaeróbica).
- Defensa + contrataque + defensa (máximo 45 segundos de acciones consecutivas).
- Técnica específica con oposición ejecutada a máxima velocidad.

- Situaciones de partido, 5c5, 4c4, utilizando tanto en defensa como en ataque la mayor parte del espacio.
- Situaciones de 4c4 y 5c5 utilizando presiones individuales.
- Defensa 5c5 haciendo traps en diferentes sitios.
- Tiro, hacemos un tiro más desplazamiento.

Es muy importante el no parar las diferentes ejecuciones para realizar correcciones; esperaremos el tiempo de recuperación para dar la información pertinente.

Microciclo de mantenimiento

El objetivo, como su nombre indica, es hacer perdurar en el tiempo el estado de forma conseguido hasta ese momento.

La intensidad de la carga varía

MICROCICLO DE REGENERACION

		LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES		SABADO	
MAÑANA	TARDE	— Sólo entrenan los jugadores sin minutos o jugadores jóvenes.		— Resistencia aeróbica. — Estiramientos. — Juegos. — Otros deportes ...		— Idem que el lunes		— Idem que el miércoles		— Idem que el jueves.		DESCANSO	
		— Idem que por la mañana.		— Técnica individual. — 4c4 ataque. — Tiro.		— Situaciones de 5c5 de ataque. — Tiro.		— Trabajo de contraataque: 5c3, 4c2 — 3c3 ataque con diferentes órdenes: 3 hombres pequeños; 2 altos 1 pequeño; 2 bajos y un alto — Tiro.		— 5c5 estático. — Ataque zona. — Tiro. — Tiros libres.		PARTIDO	
M.				1,30 h.	MEDIA								
TARDE				1,30 h.	BAJA	1,30 h.	BAJA	2 h.	BAJA	1,30 h.	BAJA		
		VOLUMEN	INTENSIDAD	V	I	V	I	V	I	V	I		

con el objetivo de obtener una perfecta sobrecompensación el día del partido. Concentramos la carga máxima durante el martes y el miércoles, siempre que se juegue el sábado, para ir reduciendo el volumen y la intensidad conforme nos vamos acercando al día del partido.

Los contenidos que más utilizo son:

- Trabajo de contraataque ejecutado al 80% de la velocidad máxima.
- Defensa 4c4 y 5c5, medio campo trabajando ayudas, rotaciones, etc.
- Defensa + contraataque
- Ataque 2c2, 3c3, 4c4 continuo.
- Ataque estático 5c5.
- Presiones en medio campo.
- Técnica individual específica sin oposición.
- Ruedas de tiros.

Microciclo de Regeneración

Es importante elegir contenidos nuevos y atractivos para el jugador, que representen una motivación de tipo intrínseco. Muchas veces será necesario presentar contenidos que relajen y diviertan y que no requieran excesiva concentración, con el objetivo de aliviar las excesivas tensiones a las que el jugador de élite está sometido.

Estos son algunos de los aspectos a tener en cuenta a la hora de programar ese tipo de microciclo:

- Utilizar calentamientos a través de juegos.
- Utilizar otros deportes como el fútbol sala...
- Realización de la preparación física fuera de los entornos habituales.
- No trabajar defensa, ya que

requiere una excesiva intensidad.

- Durante la realización del 5c5 de ataque, utilizar juego libre, olvidándose un poco de la rigidez de los sistemas del equipo.
- Introducir elementos de técnica específica nuevos, variados, sin excesivas repeticiones.
- Elegir situaciones de juego que lleven en su ejecución al éxito.
- Es un microciclo ideal para trabajar con aquellos jugadores que no han tenido excesiva participación en el juego.

Los microciclos de regeneración durante una temporada no suelen ser excesivos pero sí necesarios, tanto a nivel físico como psíquico.

Por tanto, en nuestra periodización anual deberán interactuar los tres ti-

pos de microciclos, en función de los diferentes objetivos marcados. Esta interacción está sometida a las leyes del entrenamiento deportivo en general, y en particular a las características específicas del baloncesto.

Cada día más nuestro deporte está rodeado de unos intereses socio-económicos que hacen necesario un trabajo más científico y planificado, si de verdad nuestro objetivo es la obtención del éxito.

Por consiguiente, es necesario dejar de lado los criterios totalmente subjetivos y caprichosos, que en muchos casos han presidido nuestro trabajo, para conseguir que día a día, el entrenamiento tenga un carácter eminentemente riguroso, científico y planificado. □



FRACTURAS OSTEOCONDRALES DE LA RODILLA

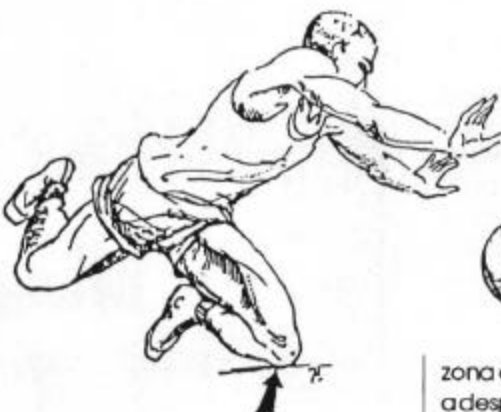
Por los Dres. **ALFONSO DEL CORRAL y JAVIER VAQUERO**
(Servicio de Traumatología y Cir. Ortopédica, Hospital Provincial de Madrid)

La patología del cartilago articular constituye uno de los mayores problemas diagnósticos en las lesiones de la rodilla.

Como todas las lesiones producidas por un traumatismo, van a tener una importante incidencia en el mundo deportivo.

Se distinguen 2 tipos de mecanismos capaces de producir estas fracturas.

- En primer lugar, el choque directo de la rodilla contra el suelo en el momento de una caída o por el contacto directo de la misma contra la pierna o la bota de un compañero en los deportes de equipo, va a producir la rotura de una pequeña escama de cartilago que suele ir acompañada de un fragmento óseo adherido y que generalmente se localiza en los bordes laterales de los



cóndilos femorales.

- El segundo mecanismo sería un mecanismo indirecto en el que se produjera una rotación del cuerpo sobre el pie fijo en el suelo asociándose así fuerzas de compresión y de rotación capaces de producir unas fuerzas de cizallamiento a nivel de la



zona central de la rodilla donde se va a desprender un fragmento de menor tamaño que puede estar constituido únicamente por cartilago, aunque en los adolescentes y en los niños es más frecuente que la lesión afecte también al hueso.

Existiría otro tipo de mecanismo endógeno que sería capaz de arrancar un pequeño fragmento de hueso y cartilago a nivel de la rodilla

y sería consecuencia de una luxación aguda de la rótula que, al salirse del lecho habitual, impactaría con el cóndilo externo.

Síntomas

Tras el golpe violento o el giro brusco sobre la pierna, el enfermo va a notar un dolor agudo que va a ir seguido de una hinchazón articular que, si se punciona, nos permite extraer abundante sangre en la cual se aprecian algunas pequeñas gotas de grasa.

Junto al dolor y al derrame articular no es infrecuente que el paciente refiera una sensación de bloqueo a nivel de la articulación debido a que el fragmento suelto se interpone entre las superficies articulares impidiendo su movilidad.

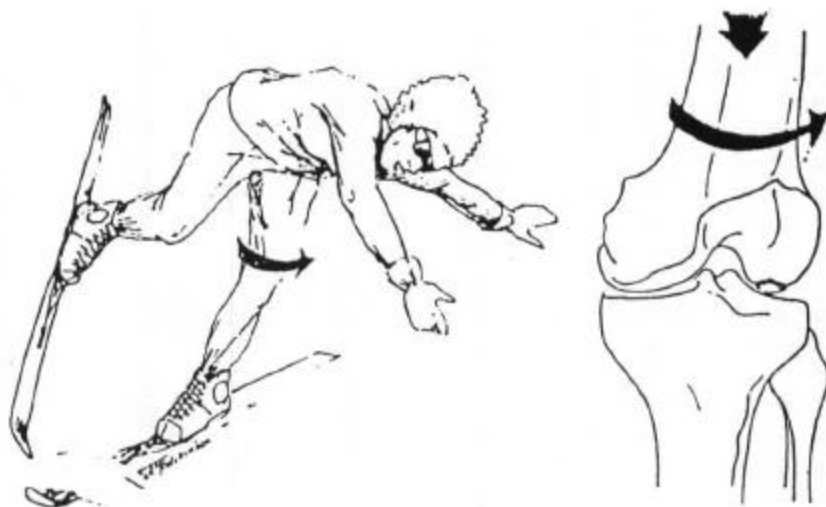
Diagnóstico

El diagnóstico ha de comenzar por las exploraciones más sencillas y así tras la exploración clínica se debe practicar una radiografía de la rodilla. En esta, si el fragmento arrancado conlleva un volumen suficiente de hueso, se podrá ver una imagen que lo delata a nivel de la radiografía anteroposterior o lateral de la rodilla.

Sin embargo no siempre es fácil distinguir este pequeño fragmento que además en muchas ocasiones se compone sólo de cartílago, y por lo tanto es transparente a los rayos X. Aunque se puedan realizar exploraciones más sofisticadas como la resonancia magnética, etc., creemos que la artroscopia de rodilla juega un papel insustituible en el diagnóstico de las lesiones osteocondrales. La visión directa a través de la óptica nos permitirá descubrir la úlcera cartilaginosa viendo si afecta también al hueso subyacente así como descubrir el fragmento libre.

Tratamiento

En los casos en los que se haya desprendido un fragmento que contenga tejido óseo, el tratamiento irá encaminado a la reposición del mismo en su lecho para así restituir la integridad de esa delicada y pulida superficie articular evitando en un futuro la evolución hacia la artrosis. Se podrá fijar con pequeñas agujas



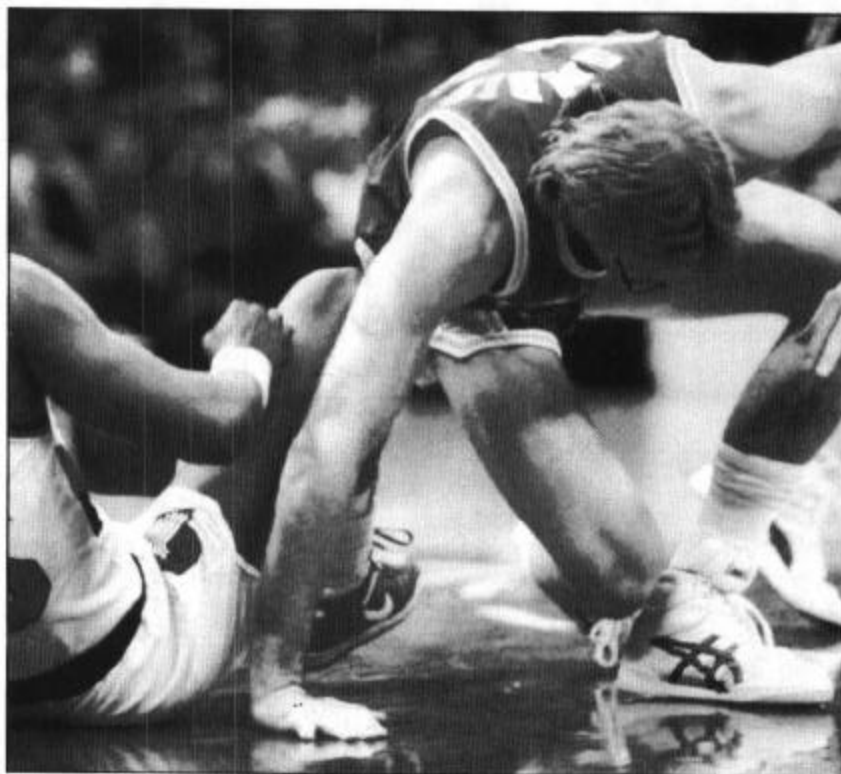
reabsorbibles o no, o bien con tornillos en la mayoría de los casos por la misma técnica y vía artroscópica.

En aquellos casos correspondientes generalmente a deportistas adultos, no es infrecuente encontrarnos con un «descarillamiento» de la superficie articular del fémur en la cual se ha desprendido el cartílago dejando intacto el hueso que se encuentra por debajo.

Dado que el tejido cartilaginoso no posee vasos, toda técnica encaminada a la restitución del fragmento no podría conseguir la unión del

mismo con el resto del hueso y por lo tanto la técnica indicada es la extracción de los fragmentos sueltos de cartílago y la perforación o escarificación del hueso que ha quedado desnudo con el objeto de que sangre, y pueda formar un tejido cicatricial que rellene la úlcera.

En cualquier caso el tratamiento de estas fracturas osteocondrales ha de ser precoz si se quiere obtener buenos resultados a largo plazo, sobre todo teniendo en cuenta la juventud de los deportistas sobre los que estas lesiones suelen asentar. □



PSICOLOGIA APLICADA AL BALONCESTO: EL CONTROL DE LA ACTIVACION A TRAVES DEL ENTRENADOR (III)

Por **JOSE MARIA BUCETA** (Doctor en Psicología y Seleccionador Nacional Femenino)

El verdadero propósito de controlar el nivel de activación del deportista es, como ya hemos indicado, intentar alcanzar el «nivel óptimo» que parece favorecer el máximo rendimiento durante la competición. Con esta intención, el entrenador puede tener distintos objetivos concretos en función de que pretenda conseguir este «nivel óptimo» bien a partir de una activación baja (es decir, por debajo del nivel considerado óptimo, ver tabla-5), bien a partir de una activación demasiado alta (o por encima del nivel deseado, ver tabla-6).

Partiendo de un nivel de activación bajo (tabla-5), el primer objetivo del entrenador debería consistir en intentar aumentar la activación de signo «positivo», ya que, como hemos comentado en el apartado correspondiente, la activación «positiva» parece propiciar un rendimiento más alto y también tolerar mayores dosis de activación sin que el rendimiento se resienta. Si el intento tiene éxito, el siguiente objetivo consistirá en alcanzar y mantener el deseado «nivel óptimo».

Sin embargo, en muchos casos, sobre todo cuando el nivel de activación desde el que se parte es muy bajo o los deportistas se encuentran algo saturados de las estrategias habituales para aumentar su activación «positiva», el intento puede no tener el éxito deseado y entonces el entrenador no tendrá más remedio que aumentar el nivel de activación a través de incrementar la activación «negativa». En algunos casos, incluso, cuando el entrenador observe un excesivo relajamiento, convendrá que utilice directamente la segunda alternativa (es decir, aumentar la

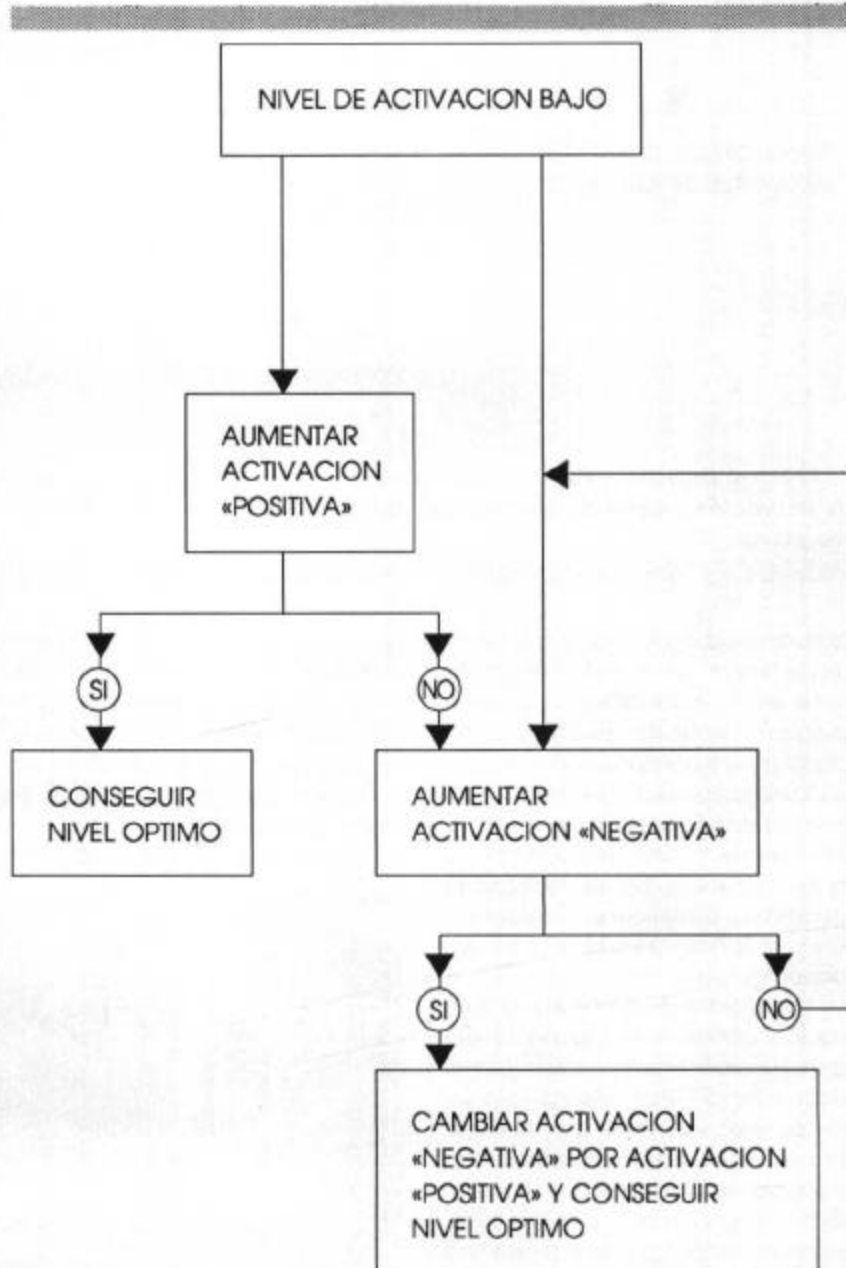


TABLA 5. Objetivos de la actuación del entrenador cuando pretende que los deportistas alcancen el nivel óptimo de activación a partir de un nivel de activación bajo.

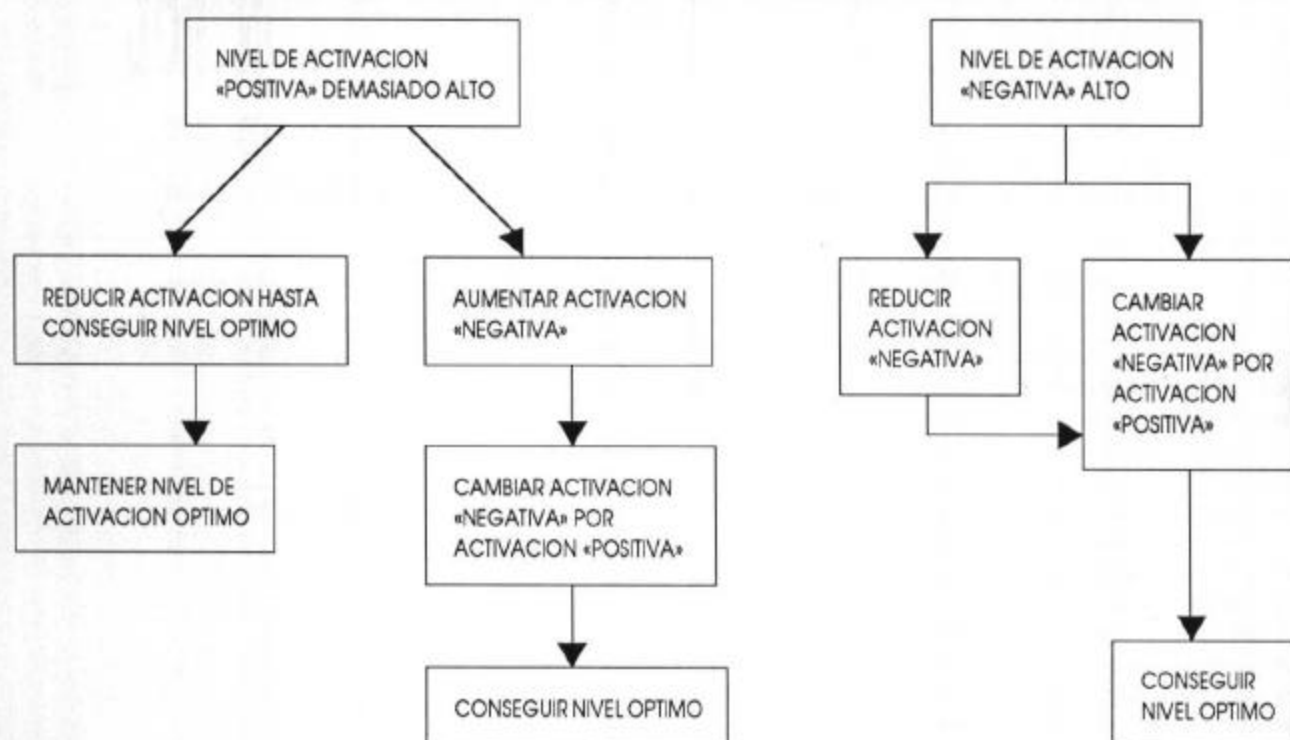


TABLA 6. *Objetivos de la actuación del entrenador cuando pretende que los deportistas alcancen el nivel óptimo de activación a partir de un nivel demasiado alto de activación «positiva», o de un nivel elevado de activación «negativa».*

activación «negativa»). Si el intento de aumentarla activación «negativa» tiene éxito, el rendimiento se verá probablemente favorecido a corto plazo, pero si continúa aumentando no tardará en resultar perjudicial (recordar tabla-5), por lo que el siguiente paso debe consistir en cambiar la activación «negativa» por activación «positiva» y, posteriormente, alcanzar el «nivel óptimo» para el máximo rendimiento.

Los intentos de aumentar la activación general del organismo del deportista a través de incrementar la activación de signo «negativo» suelen ser efectivos salvo que se haga uso de ellos con demasiada frecuencia, se utilicen en un mal momento o con personas que no responden bien, en general, a este tipo de estimulación, o se empleen cuando la baja activación pueda deberse, fundamentalmente, al desánimo o desmoralización profundos después de experiencias de fracaso

deportivo. Si el intento del entrenador no tuviera éxito utilizando esta alternativa, deberá intentarlo mediante el aumento de activación «positiva». En muchos casos, la combinación adecuada, a lo largo del tiempo, de ambas posibilidades (aumentar activación «positiva» y aumentar acti-

vación «negativa») para incrementar el nivel de activación general de los deportistas, constituye la «fórmula» apropiada para lograr este objetivo.

Lógicamente, cada entrenador, a partir de estas directrices generales, deberá elegir la alternativa más adecuada a la dosis y el momento



más apropiado de cada una de ellas si decide combinarlas, teniendo en cuenta el entorno general en el que debe trabajar, las características de sus jugadores y todas las circunstancias concretas relevantes que rodean su trabajo cotidiano.

Vamos a partir ahora de un nivel de activación general demasiado alto (ver tabla-6). En este caso distinguiremos desde un principio entre activación «positiva» y «negativa». Si el nivel de activación «positiva» es demasiado alto y el objetivo es reducirlo, el entrenador tendrá a su alcance dos posibles caminos: el primero, intentar reducir directamente

la activación hasta alcanzar, para después mantener, el deseado «nivel óptimo»; la segunda, provocar y aumentar activación «negativa» hasta contrarrestar la activación «positiva». Como resultado de esta última opción, puede ocurrir que disminuya la activación «positiva» aún predominando todavía sobre la «negativa», en cuyo caso sólo será necesario alcanzar y mantener el nivel deseado, pero, también, que la activación «negativa» llegue a prevalecer sobre la «positiva», en cuyo caso deberá cambiarse aquella por ésta hasta conseguir el nivel de activación que más favorece el rendimiento.

Si, por el contrario, partimos de un nivel alto pero de activación «negativa», las dos posibles alternativas a emplear serán, por un lado, reducir directamente la activación «negativa» para después cambiarla por activación «positiva» y, por otro, cambiar directamente la activación «negativa» por activación «positiva» teniendo en cuenta que ésta favorece un rendimiento más elevado que aquella en presencia de niveles cuantitativamente más altos. En ambos casos, una vez conseguida la activación «positiva» deberá alcanzarse y después mantenerse el nivel de activación «óptimo». □

BALON INTERIOR CONTRA DEFENSA INDIVIDUAL

Por **MANOLO COLOMA** (Entrenador selección junior femenina)

Tenemos un jugador que juega bien 1c1 de espaldas a la canasta y sobre todo trabaja y gana bien la posición. Este jugador no tiene necesariamente que ser pivot. Puede ser cualquier jugador que, en un momento dado, pueda ser superior a su defensor. Este movimiento es especialmente adecuado para pivots que tiren bien del poste alto o aleros fuertes que trabajen duro dentro de la zona.

Usando el concepto de «triangu-

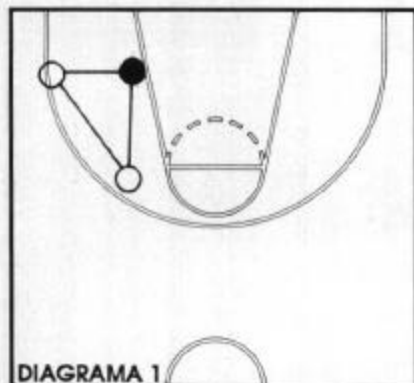


DIAGRAMA 1



DIAGRAMA 2



DIAGRAMA 3

lar», colocamos a nuestro jugador en el poste medio-bajo. (Diagrama 1).

El base debe dar su primer pase al alero del lado del poste escogido. La recepción debe producirse cerca de la línea de fondo, en línea con el poste. (Diagrama 2).

No nos sirven las recepciones a la altura o por encima de la línea de tiros libres. Este es el primer pase que quiere la defensa. (Diagrama 3).

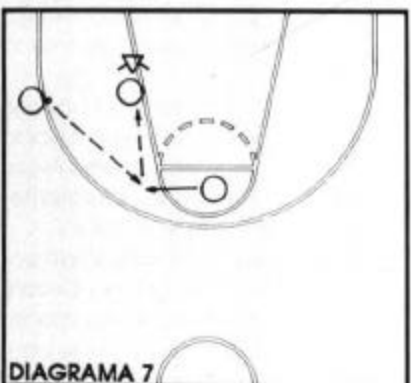
En el poste alto, el jugador que se coloque debe ser un buen tirador. Tanto el alero como el poste alto deben saber leer correctamente la defensa.

Si a nuestro jugador en el poste le defienden por detrás o en 3/4 por la parte de arriba, el balón debe llegar por la línea de fondo, preferentemente picado. (Diagrama 4 y 5).

Si nuestro poste es defendido por delante o en 3/4 por la línea de fondo, el alero debe pasar rápidamente la pelota al jugador en el poste alto, que se saldrá de la zona si es preciso



para facilitar este pase. En el espacio de tiempo del pase, nuestro poste bajo aguantará a su hombre para recibir desde el poste alto. (Diagramas 6 y 7).



Si el defensa del poste alto flota, es muy importante que éste tire. Es por eso que decíamos que este jugador debe tirar bien.

La continuidad, en caso de no lograr pasar el balón dentro, es la siguiente:

El base, después de dar el primer pase, intercambia su posición con el alero del lado contrario. (Diagrama 8).



Una vez que el poste alto tiene el balón, si el poste bajo no puede recibir o se ha decidido jugar la continuación, debe bloquear al defensor del alero de su lado que corta, con el objetivo de poder recibir un balón dentro de la zona. (Diagrama 9).



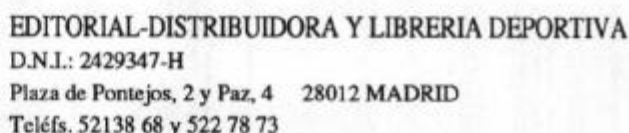
Los jugadores deben observar al defensor del alero que corta. Si el defensor va por abajo, habrá más posibilidades de que reciba del poste alto o del alero que está arriba. (Diagrama 10).

Si el defensor va por arriba, los jugadores exteriores deben mover el balón hasta el base que está cerca de la línea de fondo para que sea éste el que pase dentro. (Diagrama 11).



El poste alto, después de pasar, da continuidad yendo a bloquear al poste bajo. Aquí logramos una muy buena oportunidad para un tiro desde el poste alto y pases a dos juga-





27-2-91.

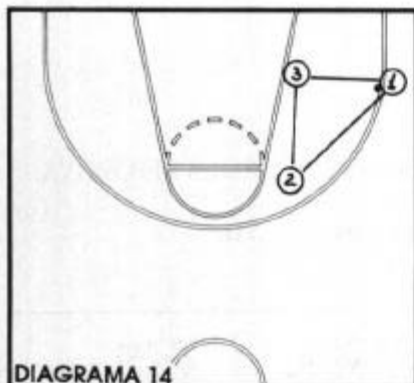
	PRECIO
— APUNTES DEL SEMINARIO DE PREPARACION FISICA EN BALONCESTO (A.E., E.B.)	1.590, Ptas.
— ASI SE JUEGA AL BALONCESTO, DE Montuori	156, Ptas.
— BALONCESTO - 27 DIAPOSITIVAS DE INICIACION, de Hiares	2.000, Ptas.
— BALONCESTO - TECNICA, de G. Gladman	1.275, Ptas.
— BALONCESTO - ANTECEDENTES- FUNDAMENTOS, etc. de Oliver Furon	850, Ptas.
— BALONCESTO: EL ATAQUE, de G. Primo	950, Ptas.
— BALONCESTO: ATAQUES Y DEFENSAS MULTIPLES, de Dean Smith	2.120, Ptas.
— BALONCESTO DE ATAQUE.- LAS MEJORES TECNICAS JUEGO OFENSIVO, de Haaley	1.725, Ptas.
— BALONCESTO BASICO, de Santos Vazquez Rabat	742, Ptas.
— BALONCESTO: EL CAMINO DEL EXITO, de Larry Bird	2.250, Ptas.
— BALONCESTO: TECNICA-TACTICA-COMENTARIOS REGLAMENTO. C. Juego	465, Ptas.
— BALONCESTO: LA DEFENSA, de G. Primo	950, Ptas.
— BALONCESTO: LA DIRECCION DE EQUIPO, de Alexandre Gomelski	2.050, Ptas.
— BALONCESTO ESPANOL 1.987.- A.E. Baloncesto	4.000, Ptas.
— BALONCESTO ESPANOL 1.988, de Jordi Segarra	4.275, Ptas.
— BALONCESTO: INICIACION Y ENTRENAMIENTO, de J. Hernandez Moreno	2.500, Ptas.
— BASKET U.S.A. CUATRO TOMOS, de Manuel Vega (cada tomo)	3.340, Ptas.
— BASQUETBOL: METODOLOGIA PARA SU ENSEÑANZA, de Moacyr Dayuto	3.000, Ptas.
— BALONCESTO - TECNICA Y ESTRATEGIA, de Everest S. Dean	1.725, Ptas.
— BASQUETBOL: TECNICAS Y TACTICAS, de D. Kirkov	1.650, Ptas.
— BASQUETBOL VARONIL, de Alhein	212, Ptas.
— CESTOBAL: EXPLICACION DE LAS LEYES DEL JUEGO - FEMENINO, S. Closas	1.165, Ptas.
— CESTOBAL: TECNICA Y METODOLOGIA - FEMENINO, S. Closas	2.050, Ptas.
— CLINIC INTERNACIONAL DE PERUGIA - JULIO 84	1.590, Ptas.
— CLINIC DEL DESCUBRIMIENTO, PARA ENTRENADORES DE BALONCESTO - SEVILLA	585, Ptas.
— CLINIC «FINAL FOUR»- ZARAGOZA 1.990	1.590, Ptas.
— CLINIC DEL MEDITERRANEO - MENORCA 1.989	1.590, Ptas.
— CLINICS MUNDOBASKET ESPANA 1.986	1.590, Ptas.
— COMO SE HACE UN JUGADOR DE BALONCESTO, de Jofre Forquet	2.120, Ptas.
— DEPORTE 92- BALONCESTO, de Jordi Huguet	600, Ptas.
— EL ENTRENADOR DE BALONCESTO, de Bos y Grosgeorge	2.690, Ptas.
— EL ENTRENAMIENTO DEL BASQUEBOLISTA, de Dragomir Kirkov	2.000, Ptas.
— FERNANDO MARTIN: UNA VIDA CON ACENTO, de Manuel Lama	1.750, Ptas.
— GUIA OFICIAL DE BALONCESTO 1.987-88-89 y 90 — cada una	530, Ptas.
— INICIACION AL BALONCESTO, de Cepid	890, Ptas.
— EL JUGADOR COMPLETO DE BALONCESTO, de Butch Beard	1.825, Ptas.
— EL JUGADOR INFANTIL DE BALONCESTO, de Raiah Adgmington	265, Ptas.
— EL LIBRO DE ORO DEL BASQUET - 50 AÑOS DE BASKET, de F. Font	7.000, Ptas.
— MANUAL PRACTICO DE BALONCESTO, de José Hernández	890, Ptas.
— METODOLOGIA DEL BALONCESTO, de José Antonio del Río	2.500, Ptas.
— MINI-BASKET, de Gerardo Asin	995, Ptas.
— MINI-CESTO, de Sara Closas	1.200, Ptas.
— NUEVOS CONCEPTOS DE ATAQUE.- UN BALONCESTO MODERNO, de Lee Walker	2.750, Ptas.
— PEDAGOGIA DEL BALONCESTO, de J. Peyró y San Pedro	1.225, Ptas.
— PELOTA AL CESTO - FEMENINO, de Sara Closas	2.728, Ptas.
— LOS PRIMEROS PASOS EN BALONCESTO, de Alesandre Zinin	1.100, Ptas.
— QUINTA PERSONAL, de Montserrat Torrecilla	750, Ptas.
— TECNICAS DE BALONCESTO, de Tito Valdés	3.180, Ptas.
— VIDEOS.- APRENDE A ENCESTAR - Bill Russell, M. Cooper, C. Thompson	1.995, Ptas.
— FUNDAMENTOS DE BALONCESTO, Larry Bird-R.Auerbach -I VOLUMEN	2.995, Ptas.
— FUNDAMENTOS DE BALONCESTO, Larry Bird-R.Auerbach-II VOLUMEN	2.995, Ptas.
— INICIACION AL BALONCESTO I, del CEPID	5.995, Ptas.
— INICIACION AL BALONCESTO II, del CEPID	5.995, Ptas.
— OBRAS EN OTROS IDIOMAS, Etc Etc	

NOMBRE Y APELLIDOS		POBLACION	
DOMICILIO			

RUEGO REMITAN CONTRA REEMBOLSO LAS SIGUIENTES OBRAS:

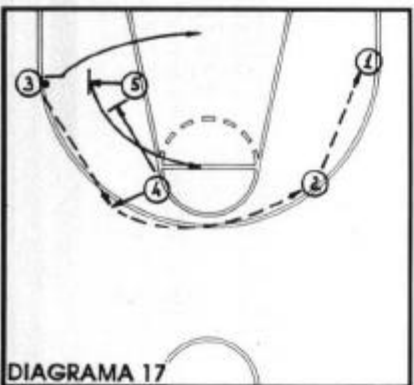
EJEMPLARES	TITULO	AUTOR	PESETAS
------------	--------	-------	---------

Se dispone además de 8.500 títulos deportivos de toda clase de deportes. Soliciten catálogo gratuito.



dores que ganan posición en los postes. (Diagramas 12 y 13).

Si no logramos resolver, estamos en condiciones de jugar un movimiento simétrico al visto. (Diagrama 14 y 15).



En cualquier caso, es bastante improbable llegar a esta vuelta del juego sin haber tirado. Si así ocurriera, probablemente este esquema no es el más idóneo para nuestros jugado-

res, o estamos aprovechando muchas opciones.

Vemos a continuación la continuidad de todo el sistema. (Diagramas 16, 17, 18 y 19). □

Ahora el Clinic en casa

COACH TO COACH

Versión en castellano

Otra iniciativa de



en colaboración
con la



Los más importantes entrenadores
norteamericanos cuentan sus
secretos y su filosofía del basket

CHUCK DALY
PAT RILEY
BERNIE BICKERSTAFF
JOHN McLEOD
RICK PITINO
JIMMY RODGERS
MIKE FRATELLO

Pedidos a:

ASOCIACION ESPAÑOLA DE
ENTRENADORES DE BALONCESTO

Jorge Juan, 82 - 5º 1ª - 28009 MADRID
Teléfonos: (91) 575 35 65 - 575 21 81
FAX: (91) 577 50 73

COACH TO COACH

THE ULTIMATE CLINIC ON THE ART OF COACHING



TARJETA DE PEDIDO

Nombre y Apellidos:

Domicilio:

Población:

Teléfono:

Deseo recibir la cantidad de ☐

Vídeo/s **COACH TO COACH** contrareembolso
por el precio de 4.000 Pts./u. + gastos de envío.

AGRADECIDOS A JAMES NAISMITH

Por **GEORGE E. KILLIAN** (Presidente de la FIBA)

Me encanta compartir estas líneas con los entrenadores de baloncesto de España. Hace algunos meses, mi mujer y yo tuvimos el gran placer de comer en París, coincidiendo con la Final Four Europea, con Anton Comas, Presidente de la Asociación Española de Entrenadores. En esa ocasión tuvimos la oportunidad de compartir algunas ideas sobre el desarrollo del baloncesto en España y, especialmente, sobre el futuro de los entrenadores; entrenadores de todos los niveles y, particularmente, aquellos que trabajan con miles de jóvenes jugadores que necesitan que les enseñen los fundamentos básicos de nuestro gran juego. Nosotros creemos que teniendo entrenadores competentes podremos obtener las metas que nos marquemos en este deporte.

El Presidente Comas me pidió que compartiera con vosotros algunas ideas relacionadas con el 100 Aniversario del Baloncesto. Con la intención de hacerlo, me gustaría retroceder durante unos momentos al año 1891, de forma que podamos repasar juntos los acontecimientos que condujeron al comienzo del deporte que tanto queremos.

Recientemente, leí un artículo sobre el Dr. Naismith, escrito por Donald S. McCuaig de la organización YMCA de Canadá, que relata una historia ciertamente interesante. Permitidme que utilice algunas citas de este artículo.

«En aquel mismo tiempo, el Dr. Gulick le asignó a Naismith una clase que carecía totalmente de interés por los ejercicios rutinarios que componían la sesión diaria obligatoria de educación física. Tres instructores habían fracasado intentando elevar el entusiasmo de este grupo de jóvenes».

«Cuando me asignó la clase de In-corregibles», escribe Naismith en su propia versión sobre la invención del juego del baloncesto, «sentí que me

habían engañado; pero cuando me dijo que hiciera algo en lo que todos los directores habían fracasado sentí que ya era el colmo».

Naismith luchó con la clase de jóvenes sin éxito. Intentó modificar el fútbol y el fútbol americano. «Había puesto mis esperanzas en estos dos juegos y cuando me fallaron, parecía que tenía pocas posibilidades de tener éxito» escribe Naismith. Intentó el Lacrosse, un juego que aprendió a jugar en Almonte (Canadá). A pesar de que algunos miembros de la clase eran canadienses y sabían como se jugaba a este juego, tampoco tuvo éxito. Los principiantes se lesionaban y los que sabían jugar se aburrían; otro juego descartado. «Con un andar cansino» recuerda Naismith, «subí las estrechas escaleras que conducían a mi despacho justo encima del vestuario. Me desplomé en mi silla con las manos en la cabeza y los codos sobre la mesa. Era un completo descorazonado y desilusionado joven instructor».

El juego que salió del espíritu desilusionado pero decidido de Naismith de aquel día se ha expandido desde entonces por todo el mundo, atrayendo a millones de jugadores y espectadores jóvenes y mayores. Fue inventado por un hombre sentado en su mesa pensando.

«Mientras estaba sentado en mi mesa, comencé a estudiar los juegos desde una perspectiva filosófica. Había comenzado a escoger un juego tras otro, por separado, y había fracasado en encontrar lo que estaba buscando. Esta vez tomaría los distintos juegos como conjunto y los estudiaría de esta manera».

Entonces Naismith estudió metódicamente los juegos de equipo que existían y extrajo un número de factores específicos que pudieran dar forma a un nuevo juego. «Mi primera generalización fue que todos los juegos de equipo utilizaban una pelota de algún

tipo; por lo tanto, cualquier nuevo juego debería tener una pelota». Tras eliminar las pelotas más pequeñas por su dificultad de manejo, la posibilidad de ser escondidas o la necesidad de utilizar otros accesorios para poder emplearlas, con lo que el aprendizaje del juego resultaría más difícil, se decidió por el balón de la Asociación de fútbol (fútbol internacional). Buscaba un juego que tuviera un gran atractivo y fuese fácil de aprender.

Los placajes, un popular compo-





placajes, y si no utilizamos placajes, la brusquedad del juego será eliminada. Todavía no recuerdo como chasqué mis dedos y grité, ¡Ya lo tengo!».

Entonces él concluyó, asimismo, que un juego debe tener un objetivo y por lo tanto, en el nuevo juego, debería haber algún tipo de meta, aunque eliminó la meta (portería) utilizada en el fútbol internacional, el lacrosse y el hockey y se fijó en su lugar en un juego que él practicó cuando era niño llamado «*Duck on the Rock*» («Pato en la roca»). «Con este juego en la mente, pensé que si la meta era horizontal en vez de vertical, los jugadores estarían obligados a lanzar el balón en forma de arco; y recurrir a la fuerza, lo que aumentaría la brusquedad, apenas tendría valor. Una meta horizontal, por lo tanto, era lo que estaba buscando, y la describí en mi mente. Colocaría una caja a cada lado de la pista, y cada vez que el balón entrara en la caja contaría como un tanto. Había algo, sin embargo, que se me había pasado. Si nueve hombres formaban una defensa alrededor de la meta, resultaría imposible que la pelota entrara en la misma; pero si colocaba la meta por encima de las cabezas de los jugadores, este tipo de defensa resultaría totalmente inútil».

Asimismo, después de haber considerado distintas alternativas, se decidió por el salto entre dos jugadores como la forma de comenzar el juego.

Naismith estaba preparado para probar el nuevo juego con su clase y plasmó en un bloc las primeras 13 reglas en menos de una hora. Una mecánografa las escribió a máquina. Le pidió al superintendente del edificio que buscara dos cajas de unas dieciocho pulgadas cuadradas (46 cm. aprox.). «No, no tengo ninguna caja», contestó el superintendente, «pero le diré lo que tengo. Si les sirven, tengo dos viejos cestos de melocotones abajo en el almacén». Unos minutos más tarde, con los cestos bajo el brazo y varios clavos y un martillo en la mano, Naismith fijó los cestos a la barandilla más baja de la grada de arriba, uno a cada lado del gimnasio, colocó las reglas en el tablón de anuncios y esperó a su clase de «Incorregibles».

Naismith recuerda, «El primer

miembro de la clase en llegar fue Frank Mahan. Me echó la vista por un momento y después miró al otro lado del gimnasio. Quizá yo estaba nervioso, porque su exclamación me sonó como un toque fúnebre cuando dijo, ¡Huh! ¡otro juego nuevo!». Había dieciocho chicos en la clase y Naismith les prometió que si este juego fracasaba no intentaría ya nuevos experimentos con ellos. Repasaron las reglas, dividieron el grupo en dos equipos de nueve jugadores en cada uno y tiraron la pelota al aire del primer partido de la Historia. La fecha fue el **21 de Diciembre de 1891**.

El juego fue un éxito desde el primer momento y se corrió la voz de que la clase de Naismith se estaba divirtiendo. En pocos días la clase atrajo la atención de espectadores. Profesores de un colegio femenino cercano observaron el juego y lo llevaron consigo para organizar el primer equipo femenino de baloncesto. Frank Mahan sugirió que al juego había que darle un nombre y él y Naismith decidieron que fuera «**Baloncesto**».

Así, desde ese humilde comienzo en 1891, hemos llegado al punto en el que vosotros, los entrenadores, habéis desarrollado uno de los más sofisticados juegos del mundo. Mirando el último número de vuestra gran revista «*Clínic*» (mi español es muy limitado) he observado los muchos buenos artículos escritos por algunos de los entrenadores más exitosos del mundo. Artículos de este calibre no pueden hacer otra cosa que ayudaros a cada uno de vosotros a llegar a ser más competentes en vuestro empeño como entrenadores.

En conclusión, permitidme decir que al tiempo que comenzamos los segundos cien años de este gran juego, podemos esperar incluso más nuevas técnicas en la forma de jugar; técnicas provocadas por la profesión de los entrenadores como consecuencia de su trabajo de búsqueda y esfuerzo para conseguir el continuo éxito de sus equipos. Cualquiera que sea el resultado futuro de nuestro deporte, el BALONCESTO, todos los que estamos tan involucrados en el deporte estaremos siempre agradecidos al Dr. James Naismith, el cual, el 21 de Diciembre de 1891, surgió con este «nuevo» juego del baloncesto. □

nente del fútbol americano, constituían un problema en la mente de Naismith, ya que podía ver la carnicería que podía desatarse en una instalación cubierta con suelo de madera. «Pero por qué los placajes eran necesarios», llegó a razonar, «era porque a los jugadores se les permitía correr con el balón y no había más remedio que detenerlos. Con estas ideas en mente, sentado erguido en mi mesa, dije en voz alta: si el jugador no pudiera correr con el balón, no tendríamos que utilizar



4 VIAJES PARA
2 PERSONAS
AL ALL STAR GAME



COLECCIÓN
INSIGNIAS NBA

CAMISETA
DE LA NBA



ENTRA EN LA BOUTIQUE DE LA NBA

Con la NBA Fragrance puedes vestirti
como las estrellas y vivir en directo
el próximo ALL STAR GAME.
Encontrarás toda la información
de la Boutique NBA
en los productos NBA Fragrance.



BALÓN OFICIAL NBA



CHAQUETA
OFICIAL NBA



CINTAS VÍDEO
NBA

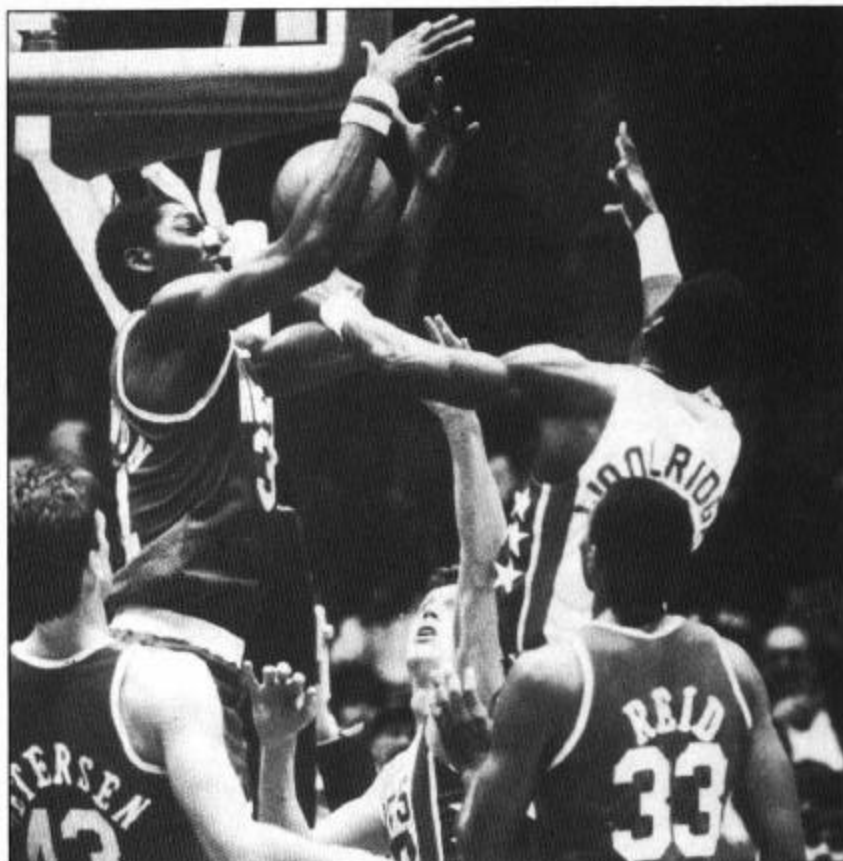


BOLSA NBA

ATAQUE A ZONA

Por **FRANCO PINOTTI** (Entrenador Superior)

A pesar que en una época reciente la defensa zonal parecía haber caído en desuso, especialmente después de la implantación de la línea de tiro de tres puntos, no cabe la menor duda de que sigue siendo un arma táctica excelente para muchos equipos, capaz en ocasiones de decidir un partido por la incapacidad del atacante de encontrar soluciones rentables para su equipo. Aunque muchos no lo quieren admitir -porque parece que defender individual sea el «no va más» y lo otro como algo despreciable-, son cada vez más los equipos que recurren a esta modalidad defensiva, sea utilizándola como una simple disposición zonal, sea con distintas variantes que van desde las más corrientes zonas match-up hasta defensas pseudo-combinadas que no son sino otra cosa que zonas con distintas variantes según los intereses del caso. No voy a profundizar el tema, que quizás podría ser motivo de otro artículo técnico, sino que quisiera centrarme en la problemática del equipo atacante cuando, ¡de repente!, se encuentra una zona delante. En la mayoría de los casos, equipos que están teniendo un ataque fluido, con altos porcentajes de acierto en el tiro, pierden repentinamente la brújula, se descentran, no encuentran soluciones ofensivas rentables y en ocasiones pierden un determinado partido que, a lo mejor, a priori, tenían que ganar. ¿Cómo es posible que se lleguen a estas situaciones? Hay distintas explicaciones: por un lado la incapacidad mental de muchos jugadores de «cambiar de disco» bajo la presión del juego. Este es un problema que mejor que yo lo podría explicar el amigo Buceta: el factor psicológico determina la incapacidad de muchos jugadores, al margen de su talento y de su perso-



nalidad, de conectar rápidamente con el cambio de circunstancias que significa en un partido el atacar individual y de repente una zona, o al revés, que para el caso viene a ser lo mismo.

Por otro lado, creo que muchos de mis colegas no le dan la importancia suficiente al estudio de un buen ataque a zona. Ojo, estoy generalizando, y ni mucho menos intento decir que no se trabaja sobre el asunto, sino que posiblemente por la siempre poca falta de tiempo de entrenamiento, la suposición teórica de que pocos equipos nos van a hacer zona y que con tener buenos tiradores en el equipo es suficiente, nos limitamos nuestro campo de desarrollo.

Cada vez más se está demostrando que tener esta tendencia de pensamiento puede ser una equivocación que nos puede costar caro. La zona es un arma táctica lo suficientemente importante para no olvidarnos de ella, ni de como se ataca, por si acaso. Fijáos que hasta en la NBA, reino indiscutible de la defensa individual, la zona está expandiéndose como una mancha de aceite y cada vez son más los equipos que la utilizan descaradamente con cierta condescendencia arbitral, que si en algunas ocasiones pitan defensa irregular, no lo hacen tanto como deberían. Pero volvamos a la «tierra», a nuestro basket. ¿Cómo atacar una zona?

Seguidamente les voy a detallar

unos aspectos que la mayoría ya conoce y que yo considero imprescindibles para tener éxito contra cualquier tipo de zona.

1) **Buscar los puntos débiles.** Esto puede parecer una perogrullada, pero lo primero que tenemos que hacer es averiguar cuáles son los puntos débiles de la defensa zonal del equipo contrario. No estoy hablando en términos teóricos, sino en los reales. Si somos entrenadores profesionales debemos conocer lo que hacen los profesionales a los que nos enfrentamos. Ahí es donde hay que incidir: por ejemplo, aquella magnífica zona de ajuste que nos hace el equipo «tal», resulta que tiene un determinado jugador que no cubre bien un espacio. Pues por ahí iré a buscar la fórmula de romper la defensa rival. Es, evidentemente, un ejemplo, simple, pero que sirve para dar la idea. Muchas veces los entrenadores nos damos cuenta durante el mismo partido por donde está flojeando la defensa rival, y aún si nosotros lo vemos claramente, resulta que nuestros jugadores no atinan con la solución. También éste es un aspecto psicológico que habría que estudiar, de todas formas, y para eso somos entrenadores, ahí estamos para sugerir soluciones. Por ello, repito, hay que estar atentos a los puntos débiles que cualquier defensa, por muy bien realizada que sea, tiene.

2) **Tiro.** Todas las opiniones son respetables y cada uno tiene sus razones para defender sus argumentos. ¿A qué viene esto?, se preguntarán. Pues simplemente porque se comenta, en muchas ocasiones, que sin un buen juego interior no se pueden tener buenos ataques a zona. Mi opinión es ligeramente diferente. Sin un buen tiro exterior es imposible romper una zona, por ello considero necesario e imprescindible el disponer de buenos tiradores. Si no los tenemos, haceros cruces, porque el entrenador rival, que generalmente no suele ser tonto, nos va a montar una fortaleza dentro de su área, que ni Audie Norris sería capaz de derribar. Es importantísimo pues que tengamos una buena predisposición al tiro en nuestro equipo si no queremos

sufrir, lo que nos pasa en demasiadas ocasiones. Centrándome un poco en el tema, veo clarísimo que no podemos atacar una zona sin jugadores que tengan una buena confianza en su tiro en cualquier circunstancia de juego. Si logramos esto, además conseguiremos lo otro: que el juego interior sea importante. El tiro es como una llave del juego: si la llave abre la defensa, los jugadores interiores podrán jugar con relativa facilidad. Si la llave no abre, los de dentro, por muy fenómenos que sean, poco nos van a solucionar. Resumiendo, el tiro exterior no es suficiente para ganar contra una zona, pero sí es imprescindible tenerlo si se quieren tener opciones. Lo contrario, o sea buen juego interior y malo exterior, no creo que sea una fórmula rentable contra las zonas.

3) **Buscar situaciones interiores de 1c1.** No me contradigo con lo expuesto anteriormente; hay que saber jugar también interior porque de otra forma el entrenador rival, que repito no es tonto, nos abre la defensa y nos monta trap por todos los lugares habituales de tiro. Tan seguro estará que ahí debajo no le vamos a hacer daño. Las situaciones interiores se consiguen, según mi criterio, por un movimiento constante de los jugadores que ahí trabajan. Movimientos cortos, o demasiado estáticos ayudan a la defensa. El concepto es obligar al defensor a llegar a jugar uno contra uno. Recuerdo que hace unos años asistí a un clínic donde **Jaime Ventura** explicaba su concepto de ataque a zona. Para no extenderme en explicaciones, sólo repito el concepto que sostenía: «*mi sistema, contra un equipo que hace zona, es obligarle a que defienda ... en individual*». Mucha gente, en aquel clínic, se quedó perpleja, y ni se llegó a plantear la situación. A fuerza de darle vueltas, me doy cuenta que Jaime tenía, y espero siga teniendo, buena parte de razón: hay que obligar a la defensa a situaciones tales en que se vea forzada a defender 1c1. Entonces, si nuestro equipo tiene un mínimo de talento, tendremos buenas posibilidades de éxito. Pues bien, este concepto creo es el que se debe aplicar

al juego de los hombres interiores.

4) **Ángulos de pase.** Otro aspecto que, a veces, para algunos jugadores suena a esperanto. ¿Ángulos de pase?, ¿qué es esto?. Es algo clave porque la mayoría de los balones que el defensor de zona recupera es debido a que no se ha buscado un buen ángulo de pase para darle el balón al compañero. Aquí también hay explicaciones para todo y la más corriente es algo que resulta consuetudinario en la mayoría de comentarios: *es que los jugadores españoles no saben pasar*. Discrepo de este argumento como discrepo de otros muchos aspectos que sirven en demasiadas ocasiones para justificar nuestra escasa propensión a la enseñanza y al temor de corregir errores en jugadores que aún siendo, en ocasiones, superprofesionales, necesitan ser corregidos.

Los ángulos de pase se consiguen por el doble trabajo del pasador y del receptor. El primero debe saber desplazarse convenientemente para abrir un buen camino por el cual enviar el balón. Aquí nos enfrentamos con otro asunto escabroso: hay quien dice a sus jugadores, «contra la zona hay que botar poco o no botar». Sostengo que contra la zona hay que botar igual que en cualquier otra circunstancia del juego colectivo. El botar, sin abuso, es la mejor arma para abrir ángulos de pase porque desplazan al jugador defensor hacia posiciones que interesan al atacante. Este debe ser lo suficientemente rápido y listo para aprovechar las ventajas de su movimiento y del que realiza el compañero que juega interior, que no debe estar ni estático ni contemplativo ante los movimientos del compañero, sino ajustando constantemente la posición para una mejor recepción.

5) **Triángulo de pase.** Otro concepto importante y que es fruto de la colaboración de equipo. Si una defensa zonal consigue que la posibilidad de pase sea sólo entre dos jugadores, tendrá altos porcentajes de éxito. Por ello es importante que los atacantes tengan siempre diversas opciones de pase, como mínimo dos, de ahí la importancia de mantener

siempre, como mínimo, triángulos de juego en el lado del balón.

6) **Balón dentro/fuera/dentro.**
¿Cuántas veces hemos visto a un jugador exterior dar el balón dentro, bajar los brazos, no moverse y mirar la impar lucha que sostiene el compañero dentro del área?. Esto se tiene que erradicar sobre todo contra las defensas zonales. El que pasa dentro rápidamente debe desplazarse en un espacio vacío para poder recibir el balón de vuelta, en caso de dificultad, y tener una buena opción ofensiva. Que puede ser, por ejemplo, devolver el balón dentro al mismo compañero que también se ha desplazado hasta encontrar una mejor situación ofensiva.

7) **Compresión arriba/abajo.** Si nos fijamos, generalmente lo que se pretende contra las zonas es desplazarlas de un lado para otro; pocas veces se busca desplazarlas de arriba hacia abajo y al revés. Si se consigue acoplar los dos conceptos, no tendremos problemas para romper cualquier zona e incluso zonas combinadas. Pero para ello es importante cumplir los siguientes puntos si queremos alcanzar nuestro objetivo.

8) **Bloqueos sistemáticos en la línea de fondo.** Este movimiento de bloqueo en la franja de espacio que va desde la línea de fondo hasta aproximadamente dos metros dentro del área crean muchos problemas a los defensores. ¿Qué es crear problemas?. Es fomentar la duda: ¿si me quedo en el bloqueo por la parte interior, y por fuera no hay nadie, qué hago?. O, ¿si me quedo por fuera y mi compañero interior no ha recuperado, ¿qué hago?. Simplemente estas dudas sirven para crear problemas en la defensa que verá comprometido su, a lo mejor, estudiado desplazamiento lateral.

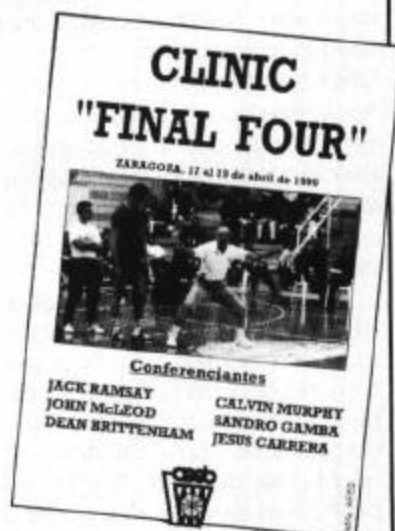
9) **Movimiento de los jugadores sin balón.** Lo peor, para mí, de un atacante contra zona es pasar el balón y quedarse en el sitio. Demuestra, este jugador, no tener las ideas muy claras, que a veces puede ser por su culpa (factor psicológico que hablábamos anteriormente) o porque no le han sugerido nada. El movimiento del jugador sin balón,

Libro del

CLINIC "FINAL FOUR"

Conferenciantes:

**JACK RAMSAY
JOHN McLEOD
CALVIN MURPHY
DEAN BRITTENHAM
SANDRO GAMBA
JESUS CARRERA**



Temas:

- ✓ La defensa (Ramsay)
- ✓ Ataque con poste alto (McLeod)
- ✓ Contraataque (McLeod)
- ✓ Passing Game (McLeod)
- ✓ Fundamentos (Murphy)
- ✓ Rapidez y coordinación de pies (Brittenham)
- ✓ Mejora de las cualidades atléticas (Brittenham)
- ✓ Ataque a la zona (Gamba)
- ✓ Tiro de tres puntos (Gamba)
- ✓ Preparación de un campeonato (Carrera)

Precios:

1.000 ptas. más gastos de envío.

Pedido contrareembolso a la AEEB.

Jorge Juan, 82, 5ª 1ª - 28009 MADRID

Teléfonos: (91) 575 35 65-575 21 81

FAX: (91) 577 50 73

movimiento consentido, se entiende, y el cambio constante de posición obliga a la defensa a un trabajo suplementario, a prestar más atención de lo que está acostumbrada y por lo tanto a ser proclive a más errores.

10) Ocupación del espacio frontal. Si con nuestro movimiento de ataque conseguimos además de desplazar a la defensa, comprimirla hacia abajo, es vital que tengamos siempre ocupada la posición frontal del ataque y ello aunque sea por una simple circunstancia: es el mejor sitio para realizar un tiro de alto porcentaje de acierto.

11) Buenos pases. Esto parece algo intrascendente. Todo el mundo piensa: es normal de que hay que pasar bien. No es normal, digo yo, si no se presta atención, si no se conoce a los compañeros, si no se estudia el movimiento del defensor. Dar un buen pase no es simplemente hacer que llegue el balón al compañero. Para esto, cualquier es capaz. Un buen pase es tal cuando se consigue que el compañero receptor tenga, gracias al pase, una buena opción ofensiva. Debemos tener en cuenta que nuestro juego cada vez es más rápido y los jugadores -incluido los defensores- están casi siempre muy bien preparados físicamente y técnicamente, por lo cual los márgenes de ventaja de un atacante se reducen considerablemente. Si a un compañero solo, con dos metros de ventaja sobre el defensor más cercano, le pasamos el balón a los pies, le matamos. Porque en el tiempo que recupera el balón y lo coloca en posición de tiro ya tiene uno o más defensores encima, con lo cual su porcentaje de acierto disminuye notablemente. Aquí hay la excepción: algunos jugadores (pocos, por desgracia) saben tirar, y meter -que es lo importante-, con varios rivales encima. Pero, por desgracia también, las estrellas son pocas y normalmente juegan en el equipo rival del nuestro.

12) Paciencia. La misma que se ha tenido para leerse todo lo que les he ido comentando. En este caso concreto, la paciencia se refiere a los jugadores en el sentido de que no vale tirar como sea. No se debe con-

fundir la paciencia con la falta de velocidad. Hay que tirar rápido pero no precipitado, de ahí que es importante saber -lo cual entiendo que es muy difícil para cualquiera- cuando hay que renunciar a un tiro que a priori parece factible, y cuando hay que lanzar uno que a lo mejor parece no ser necesario. La paciencia se refiere a la necesidad de saber cuando hay que realizar un tiro. Y después de la parte teórica, que reconozco es fruto de la práctica y de muchos «batacazos» frente a zonas de estas que te «sorprenden», un poco de práctica para finalizar.

Este movimiento de ataque que voy a explicar, sin posiciones de defensa, se puede utilizar contra cualquier tipo de zona, incluso contra las combinadas, siempre que se hagan los necesarios ajustes. Para los más interesados o estudiosos, les voy a comentar el movimiento general y dejo para la fantasía de cada uno el encontrar las distintas opciones frente a las múltiples defensas que se pueden realizar.



DIAGRAMA 1

En el *diagrama 1*, la alineación inicial con (1) y (2) que ocupan el puesto de base y escolta indistintamente, (3) es nuestro alero tirador, (4) es el ala/pivot con buen tiro exterior de 4/5 metros y (5) es el pivot. El balón está en manos de (2) que inicia el movimiento pasando hacia (1), mientras (4) se corta desde el tiro libre por la línea de fondo detrás del bloqueo de (5). (1) hace llegar el balón a (4) que puede tirar o dar el balón interior a (5). Normalmente no hay ninguna opción porque a este primer movimiento la defensa ajusta fácilmente. Por ello, *diagrama 2*, la vamos a des-

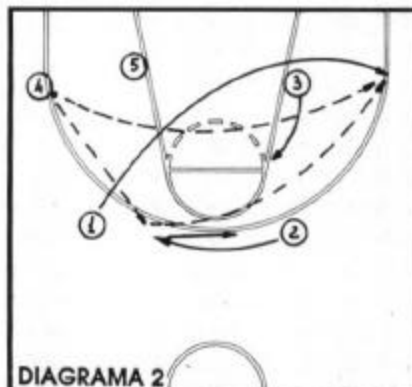


DIAGRAMA 2

plazar con el corte de (1) mientras (2) le sustituye para mantener el triángulo de pase. (1) corta sobre el bloqueo que le realiza (3) y puede recibir mediante la rotación exterior del



DIAGRAMA 3

NUEVA COMISION EJECUTIVA

En la reunión plenaria del Comité profesional de la Asociación Española de Entrenadores de Baloncesto, celebrada en Barcelona el pasado día 1 de septiembre, se eligió a la siguiente comisión ejecutiva:

Presidente: Anton Comas y Coma.

Vice Presidente: Antonio Díaz Miguel Sanz.

Secretario: Antonio García Montes.

Vocales: Pablo Casado Elícegui, Joan María Gavaldá Robert, Ignacio Irlarte González, Miguel Ángel Martín Fernández.



balón o por un pase skip de (4). En el momento que el balón llega a (1), (3) se desplaza hacia la parte superior del área y (5) se desliza por la línea de fondo mientras (2) pasa a ocupar una posición central. Estamos desplazando y comprimiendo la defensa ya que a estas alturas los relevos defensivos no son tan correctos y bien mecanizados y siempre hay quien pierde su posición. Es el momento clave para aprovechar. En el *diagrama 3*, (1) puede jugar un pase

hacia (5), hacia (3) -y éste a (5)- o devolver a (2), además de tirar. Si devuelve a (2), automáticamente (4) bloquea en el poste bajo para el corte de (3), *diagrama 4*; (2) se desplaza para el pase a (3). Ahí hay más opciones: pase interior a (4) o hacia (5) que ha cortado al poste alto desde el lado contrario, *diagrama 4*. En el *diagrama 5*, la continuación si no tenemos éxito, (3) devuelve a (2), que se ha desplazado para dejar sitio a (1), y corta sobre el bloqueo de (4)

y de (5) que se ha vuelto abajo en el lado contrario del balón. Circulación exterior y cuando el balón llega a (3), (4) corta arriba hacia el balón. Si tampoco conseguimos nada claro, doble corte, *diagrama 6*: (3) corta hacia el lado contrario y (4), desde el tiro libre, corta en el lado del balón sobre el bloqueo de (5) recreando así la posición inicial tras la que repetimos el movimiento. En este caso, (1) corta nuevamente sobre el bloqueo de (3) y etcétera, etcétera. □

EJERCICIOS DE ACONDICIONAMIENTO PARA EL DESARROLLO DEL CONTRATAQUE

Por **GUIDO NOVELLO** (Entrenador de basket femenino)

Considero que es muy importante introducir en nuestros programas de entrenamiento unos ejercicios que desarrollen la habilidad de ejecutar los fundamentos individuales a alta velocidad. De esta manera acostumbramos a las jugadoras a moverse en tiempos rápidos, lo que significa encontrar mayores dificultades especialmente en lo que se refiere al equilibrio del cuerpo. Los ejercicios que vamos a utilizar deben crear sobre todo una mentalidad de transición de defensores a atacantes y permiten conseguir un buen acondicionamiento físico. Es muy importante también ha-

cer entender a las jugadoras que es fundamental conseguir un **buen tiro** que debe efectuarse siempre con altos porcentajes de realización y en el más breve tiempo posible ya que la situación de ventaja numérica por parte del atacante es momentánea. El siguiente objetivo es el de enseñar a ocupar los tres carriles de contraataque corrigiendo en particular modo los siguientes detalles:

- 1) distancia entre las jugadoras
- 2) utilización del dribling
- 3) precisión en los pases
- 4) ejecución y precisión en el tiro.

Es aconsejable, en un principio, utilizar ejercicios de 2c0, 3c0 y 4c0,

o sea sin oposición defensiva, especialmente en la fase de calentamiento. Ejemplos de contraataques sin defensa podrían ser los siguientes: en el *diagrama 1*, (A) pasa hacia (B) que recibe en movimiento y sale botando. Después de dos o tres botes pasa nuevamente hacia (A) que se ha cruzado por detrás. El ejercicio se efectúa en continuidad y termina con un tiro en entrada. Este ejercicio es muy útil para los cambios de dirección y la recepción del balón en movimiento.

En el *diagrama 2*, (A) y (B) salen conjuntamente cambiando de dirección, tal como explica el dia-

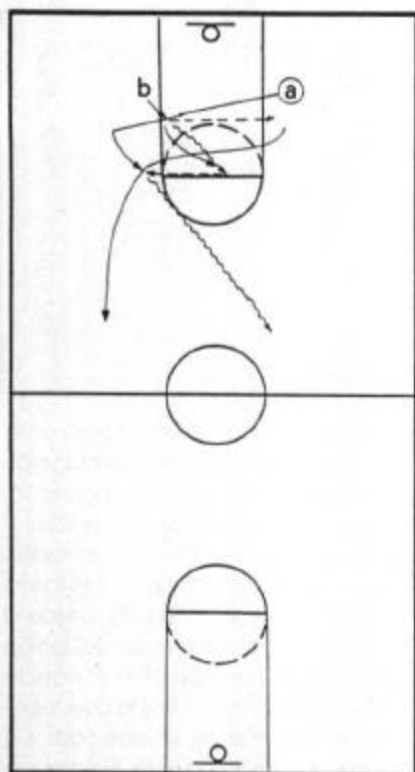


DIAGRAMA 1

grama. (A) pasa hacia (B) y éste cambia de dirección en dribling mientras (A) se cruza por detrás siguiéndole. Cuando una de las dos jugadoras llega cerca de la canas-

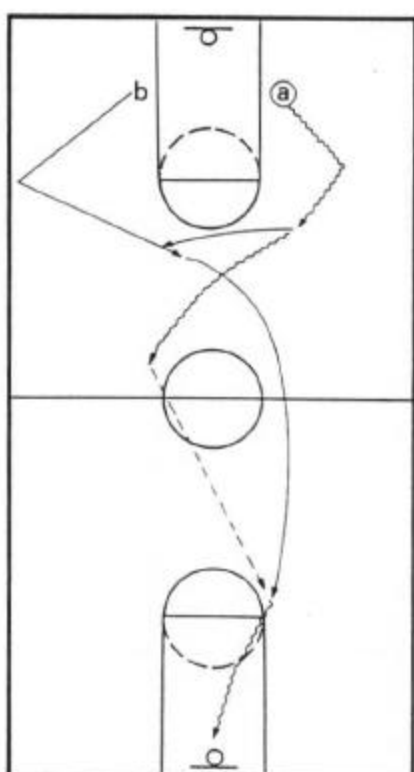


DIAGRAMA 3

ta, se para y tira. Una variante es que en lugar del cambio de dirección, efectuamos un cambio por detrás o un reverso.

En el ejercicio del diagrama 3, (A)

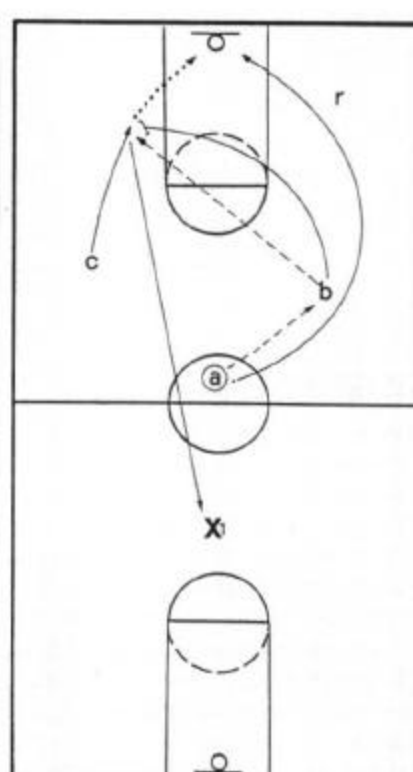


DIAGRAMA 5

pasa a (B) y éste, que se encuentra en una posición central, recibe, se para y devuelve el balón. (A) sigue adelantando en dribling, mientras (B) ocupa el carril lateral para recibir y

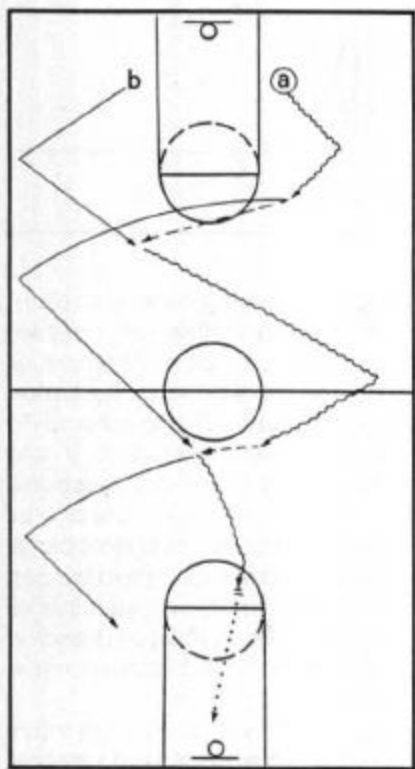


DIAGRAMA 2

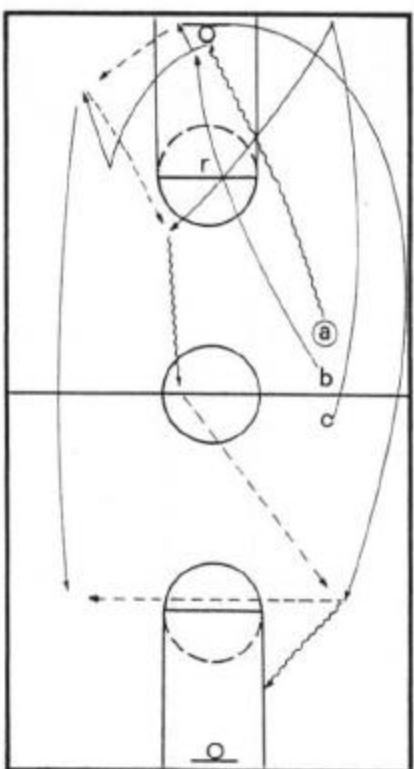


DIAGRAMA 4

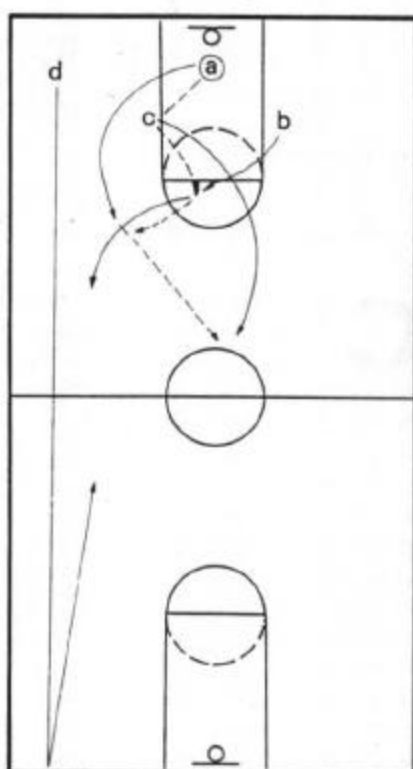


DIAGRAMA 6

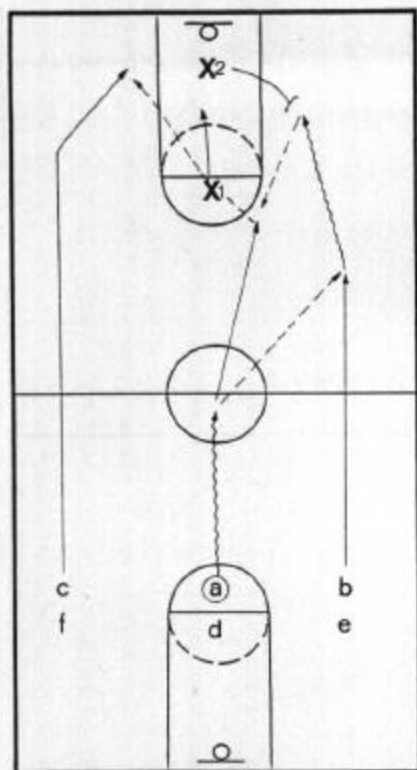


DIAGRAMA 7

tirar.

En el *diagrama 4*, un ejercicio en el que hay que acostumbrarse a ocupar el correcto carril de contraataque. Las jugadoras se colocan como en el dibujo. (A) adelanta botando y anota; (B) coge el rebote y

pasa hacia (A), que se ha abierto. Este sirve hacia (C) que, después de tocar la línea de fondo, corre por el medio a recibir el segundo pase de apertura, mientras (B) ocupa el carril libre.

En el siguiente ejercicio, *diagrama 5*, un ejemplo de 2c1. El desarrollo es una trenza que acaba con el tiro de (C) obstaculizado por (B). (A) coge el rebote y ataca 2c1 junto con (B) en la canasta contraria mientras (C) se convierte en defensor.

En el ejercicio del *diagrama 6*, (A), (B) y (C) efectúan una trenza y cuando el balón supera medio campo, (D) corre a tocar la línea de fondo para recuperar en defensa junto con quien de los tres haya tirado. Importante es que (D) recupere gritando «balón» advirtiéndolo así a su compañera que irá a contrastar la penetración del balón y dar tiempo a recuperar.

En el ejercicio del *diagrama 7*, (A) adelanta botando y pasa hacia (B) o (C); seguidamente se acerca a la esquina superior para recibir un pase de vuelta y efectuar un tiro o un pase allado contrario hacia (C). Se quedan defendiendo las dos atacantes que no han tirado.

En el ejercicio del *diagrama 8*, se realiza una trenza de tres mientras

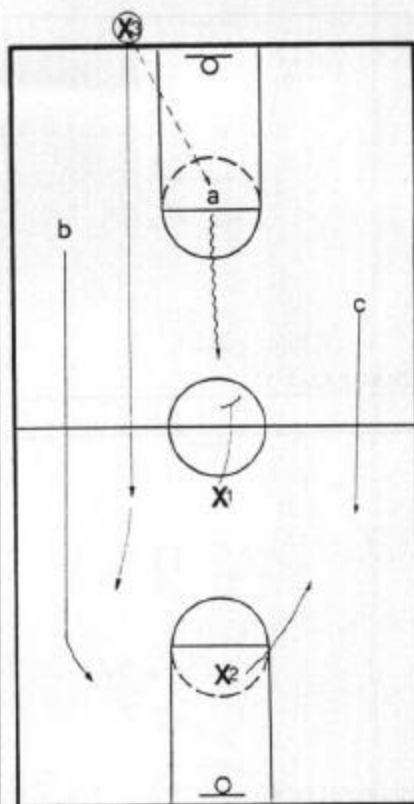


DIAGRAMA 8

(X3), que ha sacado de fondo, debe recuperar rápidamente. Es importante que las dos defensoras (X1) y (X2) se organicen para frenar la penetración y dar tiempo a (X3) de recuperar. □

ATAQUE CON DOS POSTES ALTOS

Por **FABRIZIO FRATES** (Coach Clear Cantú)

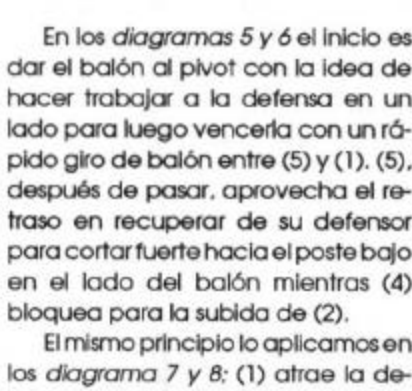
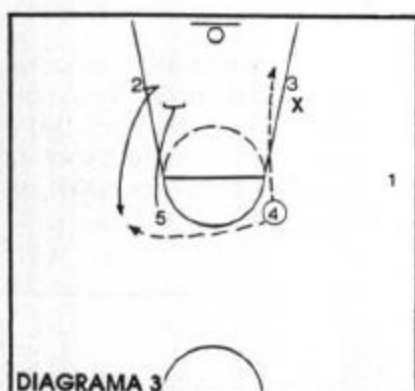
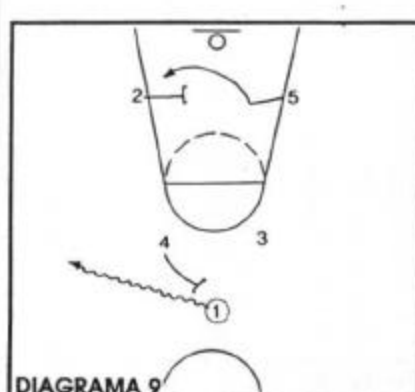
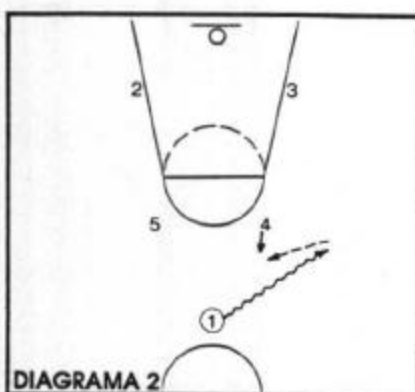
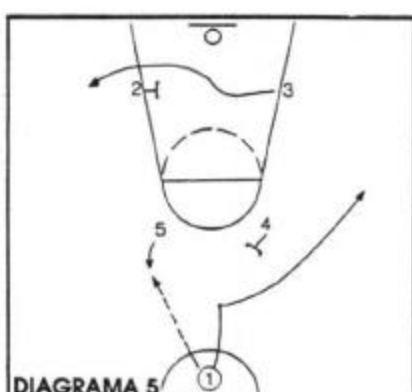
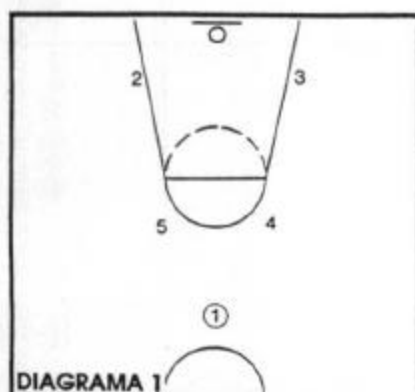
Desde hace años en las ligas profesionales se utiliza contra la defensa individual una alineación de salida en 1-2-2 por sus innumerables ventajas. Ante todo es una alineación simétrica y por ello permite de iniciar en ambos lados del ataque y mantener un buen equilibrio en el campo con buenas oportunidades de rebotes ofensivos y un buen balance defensivo.

Además, aunque en ocasiones parece que esté acumulando juga-

dores en el área, procura buenas opciones de tiros cercanos que son los de alto porcentaje. De todas formas, la característica más peculiar de esta alineación es la gran adaptabilidad a las características de los jugadores y la intercambiabilidad de las posiciones según las conveniencias tácticas del momento. Permite por ello aprovechar al máximo las situaciones de mis-match (desajuste) y a la vez esconder eventuales carencias del quinteto en pista sin que

el equilibrio del conjunto lo note en exceso.

Es posible tener en la cancha a tres pequeños o a cuatro altos o a dos pivots sin alejarlos demasiado de sus posiciones naturales. La salida clásica, *diagrama 1*, coloca al pivot y al alero fuerte en el poste alto. Las soluciones son múltiples. Veamos algunas. La más simple inicia con el dribling hacia un lado, *diagrama 2*, con un bloqueo vertical en el lado débil entre (5) y (2) que se

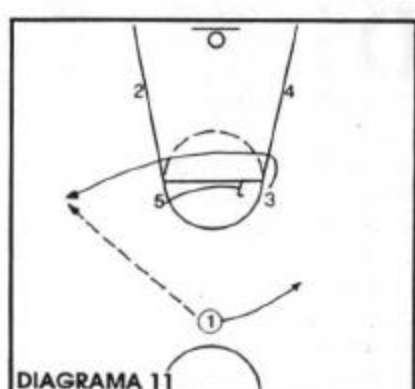
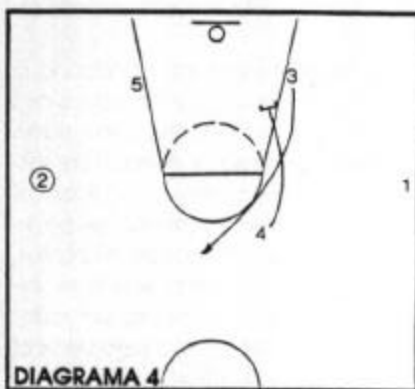


abre para el tiro o para dar el balón interior al mismo (5), *diagrama 3*. En el cambio de lado, es (3) que sube tras aprovechar un bloqueo de (4), *diagrama 4*.

En los *diagramas 5 y 6* el inicio es dar el balón al pivot con la idea de hacer trabajar a la defensa en un lado para luego vencerla con un rápido giro de balón entre (5) y (1). (5), después de pasar, aprovecha el retraso en recuperar de su defensor para cortar fuerte hacia el poste bajo en el lado del balón mientras (4) bloquea para la subida de (2).

El mismo principio lo aplicamos en los *diagrama 7 y 8*: (1) atrae la defensa, obligándola a anticipar exteriormente sobre (5) y (2), moviéndose en dribling, para luego sorprenderla con un cambio de lado a través de (3) que se ha abierto por detrás de la línea de tres puntos. El bloqueo entre

(4) y (5) tiene así muchas posibilidades de éxito obligando a los defensores a cambiar; además tiene gran valor el bloqueo de (2) para (5) sea porque es difícil cambiar entre el defensor





del escolta y el del pivot, sea porque el ángulo del bloqueo es bueno vista la posición de anticipo del defensor de (5).

Otras situaciones específicas son los que a continuación detallamos. En los diagramas 9 y 10 se intenta librar a (5) en el poste bajo y al mejor tirador en la parte alta, tras un doble bloqueo en tandem de (4) y (3). En los



diagramas 11 y 12, (5), después de bloquear a (3), aprovecha un bloqueo ciego de (2) para coger la posición en el poste bajo. En los diagramas 13 y 14, se aplica el principio «flex» de bloquear al bloqueador para conseguir un buen tiro en el lado débil, mientras (1) aprovecha el primer bloqueo para ganar una buena posición de pase al escolta



que se abre en la esquina para el tiro. Si el balón se cambia hacia (3), (4) juega contra su propio defensor y se va al poste bajo mientras (5) sube para despejar el área y evitar las ayudas.

Como pueden apreciar, por sus múltiples variantes, este ataque es uno de los preferidos por la mayoría de entrenadores. □

NO DEFENDERSE, SINO ATACAR CON TRAPS

Por **MIKE D'ANTONI** (Coach Phillips Milano)

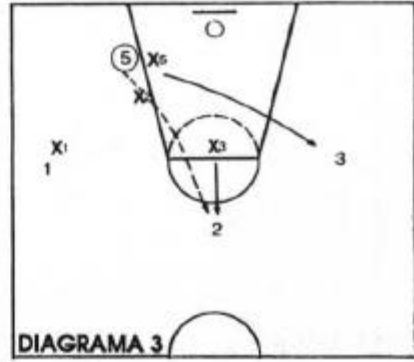
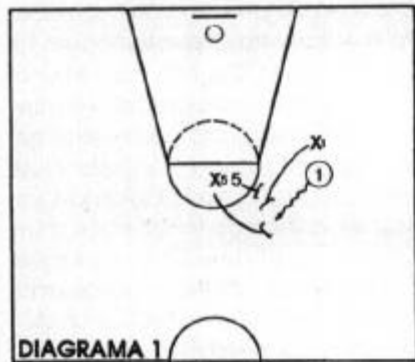
El principio básico de la defensa individual del Phillips de este año es imponerse al ataque. No someterse al ataque, no defenderse del sistema, sino obligar a los rivales a salirse de los esquemas en ataque e improvisar: estos son los objetivos de

nuestra defensa.

Objetivos que no tienen medio más eficaz que recurrir a la utilización de traps. En mi experiencia como jugador, los equipos en los que jugué siempre utilizaron traps (zona press en Marshall University, 1-3-1 con el Billy) y

creo que el 2c1 hace salir del guión preestablecido al ataque, obliga a los jugadores que juegan a que piensen de otra forma, y llegan a soluciones de tiro imprevistas y por ello menos eficaces.

Utilizamos esta temporada los traps





en situaciones en las que el ataque tiene un determinado objetivo y nuestra defensa lo quiere impedir obligando a jugar de otra forma.

a) Contra juegos 2c2

El objetivo del juego a dos es cambiar de lado el balón además de una

solución rápida de tiro o un pase interior. Nuestra regla es realizar el trap y encerrar el balón en un 2c1, obligando al atacante a que se de cuenta que no puede hacer lo que quisiera realizar. En el *diagrama 1*, (X5) se «esconde» detrás del bloqueador y antes de que (1) supere la línea

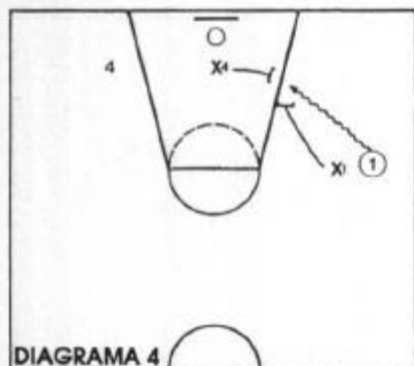


DIAGRAMA 4



DIAGRAMA 5



DIAGRAMA 6

del bloqueo salta hacia afuera en la línea del bloqueo y perpendicular al dribling. (X1) mantiene la presión cerrando el trap. En el momento del trap, los restantes tres defensores cubren los cuatro atacantes y, según el pase de salida, efectúan una rotación defensiva.

b) Pivot

En la actualidad, cuando el balón llega a un jugador de espalda a canasta son casi siempre dos puntos o falta. La defensa no puede estar permitiendo esta situación: cuando el balón va dentro al pivot queremos que se realice un 2c1. El defensor que lleva el trap es el que defiende sobre el hombre-punta (base); justamente por la elección de hacer llegar el trap desde el centro, obliga a la responsabilidad del otro defensor en el área de cerrar el centro, *diagrama 2*.

En el pase de salida es siempre (X3) quien sale a tapar a (2) mientras (X2), después del trap, efectúa una rotación hacia el lado opuesto, *diagrama 3*.

c) Ayuda y trap

Uno de los conceptos base de nuestra defensa es mantener el balón en un lado y dejar al atacante una sola línea de penetración habiendo ya predispuesto una rotación en la línea de fondo. Cuando comienza la ayuda, quien la realiza debe ir muy agresivo, preparado para cerrar en un trap junto con quien marca el balón, (X1) y (X4) en el *diagrama 4*. Un trap en la línea de fondo hace muy difícil un pase de salida, el ataque tiene más dificultades en penalizar la rotación y sólo puede realizar un difícil pase hacia el exterior, *diagrama 5*.

CONSULTA MEDICA

ESPECIALIZADA EN MEDICINA DEPORTIVA

Director: ALFONSO DEL CORRAL

(Médico responsable de la sección de baloncesto del Real Madrid)

Colaboran
Especialistas de
Medicina Deportiva
y Fisioterapeutas

- Chequeos
- Asistencia a lesionados
(Tratamientos médicos y tratamientos quirúrgicos)
- Rehabilitación y Fisioterapia



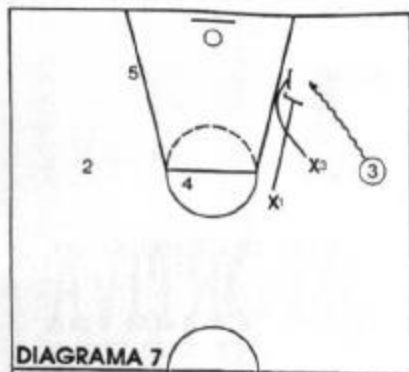
HOSPITAL RUBER INTERNACIONAL

Calle La Massó, s/n. - 28034 MIRASIERRA (Madrid)

Horario de: 10 h. a 13 h.

Para todo tipo de información, telfs.: (91) 739 11 00 - (91) 730 09 11

Precios especiales para socios de la AEEB



d) Lado libre

Si el sistema rival contempla un lado libre para hacer jugar 1c1 a su jugador con más talento, queremos quitarle al ataque la posibilidad de realizar este movimiento. Elegimos

quien debe realizar la ayuda, quien debe realizar el trap y obligamos al ataque a seguir otro camino. No salimos de nuestras reglas y el trap puede venir desde el fondo, *diagrama 6*, o desde el centro, *diagrama 7*. A lo

largo de la semana entrenamos nuestra agresividad defensiva y sobre todo nuestros fundamentos sobre recuperación, siempre bajo control, y de rotación con ejercicios de 4c4, *diagramas 8 y 9*. □

JUEGO SIN BALÓN: COLABORACION ENTRE LOS JUGADORES DE PERIMETRO

Por **ETTORE MESSINA** (Coach Knorr Bologna)

En otras ocasiones comenté las distintas posibilidades de aprovechar un bloqueo por parte de los atacantes en relación al comportamiento de los defensores, o las decisiones que toma un jugador de perímetro cuando el balón se ha pasado al poste bajo. Todo esto entra dentro de lo que se llama «**el juego sin balón**», sin duda el aspecto del juego más difícil de enseñar pero también el fundamento de base a través del cual el jugador puede mejorar notablemente su nivel.

Jugar bien sin balón requiere, por parte del jugador, una constante atención sobre lo que está pasando en la cancha y una notable capacidad para adoptar decisiones rápidas con el fin de coordinar la propia acción con la de otros cuatro compañeros con el fin de librar uno de los cinco para un tiro o un 1c1.

Un gran entrenador a nivel juvenil

con el que tengo el placer de colaborar en la Virtus Knorr, Gianni Giardini, un día me abrió los ojos sobre la idea de inculcar en la mente de los jugadores este concepto: «*cuando no tienes el balón, juega para recibir libre en tu radio de tiro*». Es un concepto muy claro y simple que implica la necesidad de enseñar al jugador a ser peligroso ante todo mentalmente, y después técnicamente en cada momento de la acción de ataque de su propio equipo.

No hay que permitir al defensor que pueda ayudar a un compañero, ni que se pase de listo. Esta es la esencia de un buen juego sin balón. Todo este comentario llega a ser importante para los jugadores que se mueven alrededor de un compañero con gran talento técnico y físico y capaz de buscarse un tiro con facilidad pero también capaz de dar un buen pase al compañero desmar-

cado. Es el caso de jugadores del nivel de Ray Richardson, Daye, Del Negro, etc. Jugar al lado de estos campeones puede ser muy productivo y simple, ya que se aprovechan grandes espacios de acción, aunque a veces puede resultar difícil (sobre todo para los restantes jugadores) si no es capaz de coordinar su movimiento de 1c1 con la acción colectiva sin balón.

Por lo que respecta a mi equipo, Knorr, pudiendo tener a mi disposición uno de los mejores jugadores italiano, Roberto Brunamonti, he intentado coordinar el movimiento de los jugadores en campo de forma que se dejen amplios espacios para jugar 1c1 o para penetrar y pasar. En el *diagrama 1* se aprecia la disposición de los jugadores en la cancha cuando terminan la mayoría de los movimientos de ataque, o al finalizar el contraataque sin haber consegui-

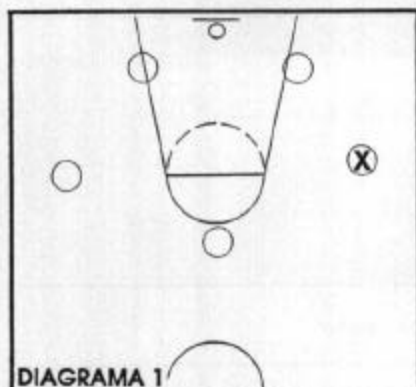


DIAGRAMA 1



DIAGRAMA 3



DIAGRAMA 5



DIAGRAMA 2



DIAGRAMA 4



DIAGRAMA 6

do canasta. Nuestra idea es la de buscar un pase al poste bajo o una penetración. En el *diagrama 2*, se puede ver como enseguida que el balón va al alero (2), los jugadores (3) y (1) se mueven por la línea de tres puntos, alejándose, creando así espacio al compañero con balón para una penetración central. En el caso de rotación defensiva por parte de (X2) y (X1) el balón puede llegar a (3) o a (1) para un tiro o un 1c1, mientras si hay también una ayuda de (X4), (4) probablemente se quedará solo con realizar un simple paso hacia el balón. En el caso de que (4) estuviese en una posición esquinada mientras realiza la penetración, (2) debería cortar por la línea de fondo, por detrás del propio defensor sea para intentar recibir un pase, sea para dejar espacio libre a (1) que se va a la esquina dejando, a su vez, espacio libre para (3), *diagrama 3*.

Podemos destacar, así, que en el caso de penetración en dribling por parte de un jugador, los compañeros del lado contrario deben moverse en sentido contrario a la rotación defensiva. Teniendo claro este concepto, podemos imaginarlo que pasa



en la cancha en el caso que se realice una penetración hacia la línea de fondo, *diagrama 4*: (2) intenta penetrar botando con la mano izquierda. El poste bajo (5) tiene dos opciones: hacer un bloqueo ofensivo al propio defensor en el caso que éste intente anticipar por un lado, para librar un pasillo al compañero, o *diagrama 5*, si el propio defensor está ya en posición de ayuda, realizar un paso alejándose para intentar recibir de (2).

Los jugadores del lado débil, al

mismo tiempo, deben moverse hacia el balón buscando disminuir la distancia de pase con respecto a (2), y sobre todo moviéndose de forma contraria a la rotación defensiva que intenta llevar más protección al área de tres segundos, *diagrama 6*. A pesar de ser movimientos bastantes simples, son muy difíciles de cubrir por parte de la defensa, y si por un lado requieren capacidad de pasar el balón y de tomar decisiones en pocas décimas de segundo, por otro lado permiten encontrar posiciones de tiro con escasa oposición y muchas oportunidades de tiros de tres puntos en el caso que se saque rápidamente el balón enseguida después de la penetración.

Un constante trabajo sobre estos conceptos creo que estimula la capacidad de iniciativa de los jugadores, la capacidad de contemplar todo el frente del ataque, y no sólo un lado, y sirve para incrementar la personalidad ofensiva de cada uno. Este es un ejemplo en el que la ejecución de los fundamentos, la minuciosidad en los detalles, la simplicidad y la iniciativa son aspectos para conseguir buenos resultados. □

EJERCICIOS PARA LA MEJORA DE LOS PIVOTS

Por **GUIDO NOVELLO** (Entrenador de basket femenino)

Considero muy importante dedicar un par de entrenamientos semanales al trabajo de mejora individual especialmente para los pivots. Efectivamente, teniendo en cuenta el escaso número de jugadoras de alto nivel, debemos intentar, a través de un trabajo mental, físico y técnico, prepararlas adecuadamente con el fin de que el juego cerca de canasta sea un punto de referencia importante en nuestros sistemas ofensivos. Bajo este punto de vista es fácil intuir que los ejercicios que vamos a comentar no sólo deben ser para las jugadoras que juegan de pivot, sino también para los aleros y las bases. Esto viene motivado por la necesidad de encontrar alternativas a la falta de jugadoras especialistas en el juego de pivot; además no podemos pensar en fundamentar todos nuestros ataques en el tiro exterior, sino también debemos aprovechar situaciones de miss-match (desajuste) jugando así, además, un baloncesto más completo y moderno.

Ejercicio 1: sirve para acostumbrar a las jugadoras a que lean la defensa. Las jugadoras se sitúan como en el *diagrama 1*: (B) pasa hacia (A) y corta, recibe y concluye en el lado

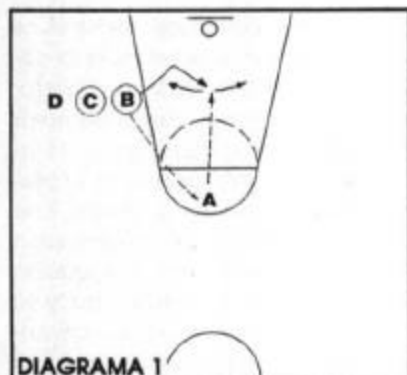


DIAGRAMA 1

que el entrenador (bajo la canasta) le indica. Aquí la jugadora debe acostumbrarse, en el momento de la recepción, a «leer» el lado indicado para tirar.



DIAGRAMA 2

Ejercicio 2: movimiento de espalda a la canasta. (A) pasa hacia (B) y corta para recibir. En el momento de la recepción es importante cuidar los siguientes detalles: a) posición de los pies, b) protección del balón bajo el mentón con los codos abiertos, c) «leer» la reacción defensiva para una correcta elección de tiro.

Después de haber cuidado estos detalles, trabajamos con los siguientes movimientos: 1) recepción y tiro: la jugadora efectúa un giro frontal hacia el centro o hacia el fondo, y

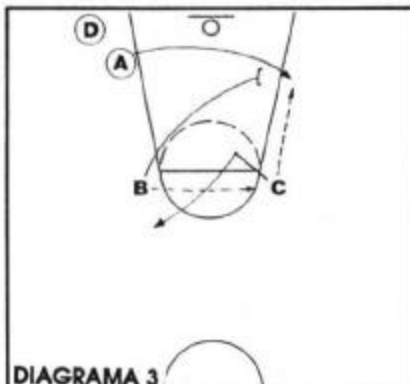


DIAGRAMA 3

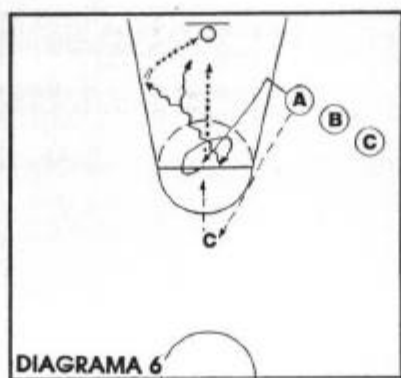
tira; 2) bote de potencia; la jugadora realiza un paso de desplazamiento por el fondo o por el centro con un bote entre las piernas, reúne los pies y tira. 3) enfrentarse 1c1. La jugadora recibe, se enfrenta a la canasta, finta el tiro y, con salida cruzada, recupera y tira, *diagrama 2*.



DIAGRAMA 4

Ejercicio 3: 1c1 pivot bajo. (A) pasa hacia (B) y corta al lado contrario; (B) pasa a (C) y va a defender a (A), *diagrama 3*. Esta jugadora recibe, espalda a canasta, «lee» la defensa y juega 1c1 con los movimientos explicados en el ejercicio 2. La continuidad del ejercicio sigue con la defensora que sale, (C) sustituye la posición de (B) y (A) la de (C). Es importante, después de haber efectuado el tiro, seguir jugando: el atacante, para conseguir un rebote ofensivo; el defensor, para un correcto bloqueo del rebote.

Ejercicio 4: 1c1 con dos apoyos. La jugadora (C) intenta recibir el balón moviéndose verticalmente. (Xc) debe trabajar frente al anticipo; (A) intenta pasar a (C) sin utilizar el pase bombeado. En caso de buena defensa anticipada, (A) gira el balón hacia (B) y (C) intenta recibir en el otro lado, *diagrama 4*.



Ejercicio 5: 1c1 con dos apoyos, *diagrama 5*. (A) pasa a (B) y corta sobre el bloqueo de (C). (Xa) anticipa fuerte sobre el corte. (B) pasa a (C) que se ha abierto hacia el balón. (A) con un bloqueo ofensivo intenta recibir de (C). Las técnicas que podemos utilizar en el bloqueo ofensivo son: o la frontal, cambiando de mano de referencia para recibir el balón; o el dorsal, cuidando la correcta utilización del pie perno.

Ejercicio 6: 1c1 poste alto, *diagrama 6*. La jugadora (A) pasa el balón al entrenador y corta fuerte

hacia el poste alto. Cuando recibe en esta posición es preferible, para enfrentarse rápidamente a la canasta, la utilización del giro dorsal; esto favorece además de una ejecución de tiro rápido, también un eventual pase rápido al pivot bajo o a una jugadora exterior. Las soluciones de tiro después de haberse situado de cara a canasta son: a) giro dorsal y tiro; b) salida con la misma mano y mismo pie o cruzada con solución de tiro en el aire; c) salida con bote, parada y tiro.

Ejercicio 7: el ejercicio se desa-

rolla como en el 6, pero con la variante de que la jugadora (A), después de enfrentarse a la canasta, gira el balón al segundo apoyo (C) y corta fuerte hacia el balón para recibir, *diagrama 7*.

Nota: después de efectuar los ejercicios 1c0, para cuidar la técnica y la velocidad de ejecución, debemos trabajar siempre bajo presión defensiva para que los ejercicios sean más competitivos y similares a los ritmos de juego que se utilizan en un partido. □



ATAQUE A DEFENSAS COMBINADAS

Por **KEVIN SIVILS** (Coach Runnels High School)

En nuestro estado de Louisiana, en la Universidad de LSU, el coach Dale Brown tiene mucho éxito con la implantación de sus defensas combinadas. Resultado de ello es que muchos colegios de nuestro estado utilizan este tipo de defensa.

Nosotros tenemos un pivot realmente bueno y la mayoría de los equipos nos defiende «box y uno» y por ello ha sido necesario adecuar nuestra «motion offense» a esta peculiaridad. Más que crear un nuevo sistema de ataque hemos preferido aplicar los ajustes necesarios a nuestro ataque normal porque los jugadores ya están acostumbrados a nuestros movimientos y,

en consecuencia, resulta más fácil su utilización.

Cuando un equipo utiliza una defensa combinada, nosotros la tenemos que combatir ante todo psicológicamente y a nuestros jugadores les tenemos que explicar los siguientes conceptos:

1) Utilizando una defensa combinada el rival admite una debilidad: no nos pueden parar con su defensa normal.

2) Si se ataca con paciencia se puede siempre conseguir un tiro fácil.

3) Con una buena ejecución de movimientos, nuestro pivot está en condiciones de recibir el balón para tiros fáciles, lo que puede producir un

efecto desmoralizante en el equipo rival.

4) Todos pueden conseguir tiros fáciles gracias a la libertad que podemos tener al existir una gran concentración defensiva alrededor de nuestro pivot.

5) El balón se puede desplazar con más facilidad por el perímetro porque la defensa no puede permitirse el lujo de alargarse, sino nuestro pivot tendría más espacio de maniobra.

Cuando atacamos una defensa combinada se siguen seis principios independientemente de la defensa adoptada. La manera más simple es hacer que llegue el balón al pivot

haciéndole correr el contraataque y superar la defensa en profundidad. Esta es la primera opción.

La segunda, es la de llevarse el balón lejos del pivot. Esta acción provoca un relajamiento de la defensa ya que nuestro pivot no es un peligro inmediato. Cambiando rápidamente el balón de lado, podemos sorprender la defensa fuera de posición y desequilibrarla, y conseguir un fácil pase de entrada. Otra opción, utilizando este método, consiste en bloquear al pivot mientras el balón cambia de lado, permitiéndole así llegar al lado del balón a través de un «agujero» de la defensa.



DIAGRAMA 1

La tercera opción es efectuar un bloqueo contra la zona cuando el defensor individual del pivot está en el lado del balón. En el diagrama 1, el pivot bloquea al defensor de la zona en el momento que se efectúa un pase skip hacia nuestro alero tirador. El defensor en zona tiene que pasar por encima del bloqueo realizado por el pivot, y si lo consigue crea espacio para un pase interior.

Una opción muy buena consiste en meter el balón al poste alto para



DIAGRAMA 2



DIAGRAMA 3

que éste sirva al pivot que corta en medio del área. Si otros defensores siguen el movimiento del pivot, automáticamente se crean espacios en el perímetro para un corte flash, diagramas 2 y 3.

Los jugadores del perímetro deben moverse rápidamente en los espacios libres de la zona para tiros fáciles o para romper la zona. Buenos bases penetradores pueden crear muchos problemas a la defensa porque obligan a escoger que defensor parará el balón. Si es el defensor individual el que lo intenta, el pivot quedará libre. Si el defensor de la zona efectúa una rotación para frenar al penetrador, se creará un vacío en la zona que permitirá al atacante de cortar flash consiguiendo buenas posiciones de tiro, diagrama 4 y 5.

De las tres defensas combinadas más usuales, la «box y uno» es la más fácil de atacar. La debilidad de esta defensa está en los espacios que el «box» deja libre, diagrama 6. Los jugadores del perímetro se colocan en los espacios vacíos y el otro pivot toma posición en el poste alto o en el lado contrario que nuestro otro pivot. La opción más simple consiste en lle-



DIAGRAMA 4



DIAGRAMA 5

var el balón lejos y bloquear para el pivot que corta flash al centro del área.



DIAGRAMA 6

En la «diamante y uno» es más difícil el ataque dado que dos defensores en zona están situados en el poste medio y pueden más fácilmente realizar una ayuda al poste bajo. Además la parte baja del «diamante» puede siempre ayudar, diagrama 7.

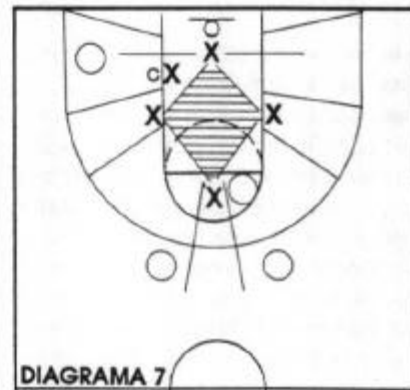


DIAGRAMA 7

De todas formas el «diamante» siempre tiene un gran vacío en el centro del área y otros espacios de maniobra. Para atacar este sistema defensivo se utiliza una alineación con dos bases en la parte frontal y un

Jugador que ocupe el espacio de la línea de fondo, con nuestro otro pivot en el poste alto, *diagrama 8*. La opción más simple para anotar consiste en dar el balón al poste alto y después buscar el pase al centro del área.



DIAGRAMA 8

Otra opción válida es el pase skip al base del lado contrario, con el poste alto que bloquea al pivot para un corte en medio del área, *diagrama 9*. El pase, el bloqueo y el corte deben ir muy sincronizados de forma que el bloqueo se realice justo cuando el base recibe el balón. Ello impide la reacción de la defensa en el corte flash del pivot.



DIAGRAMA 9

El jugador de la línea de fondo, si está capacitado para jugar al poste, puede tomar posición en el poste bajo cuando hay el giro de balón, aprovechando que el corte del pivot obliga al defensor a subir dejando espacio libre abajo, *diagrama 10*.

El bloqueo interior no es muy eficaz como medio para meter el balón dentro del pivot, pero obliga al «diamante» a cambiar de alineación creando vacíos para que los atacantes puedan moverse con cortes flash. El dribbling hacia abajo



DIAGRAMA 10

desde la posición de alero también crea espacios libres, *diagrama 11*.

La «triángulo y dos» es la más difícil de atacar de las tres defensas combinadas principales. El triángulo puede marcar al pivot de dos formas distintas. Un defensor marcará al pivot y el otro defenderá al mejor jugador del perímetro. El otro método consiste en utilizar los defensores individuales para marcar al pivot.



DIAGRAMA 11

Cuando jugamos contra un triángulo que defiende al pivot y a un jugador del perímetro debemos utilizar muchos principios del ataque contra individual, especialmente bloquear en el perímetro para librar al pasador. El ataque con pase skip utilizado contra la «diamante y uno» es muy bueno cuando se combina con un bloqueo para el pivot por parte del otro pivot, *diagrama 12*. En el caso que el defensor en el lado débil del triángulo salga para defender al pivot, el jugador del perímetro puede cortar en puerta atrás para un pase de vuelta, o entrar hacia canasta si el defensor impide el pase al centro, *diagrama 13*. Dar el balón al poste alto es una buena opción dado que puede causar muchos



DIAGRAMA 12



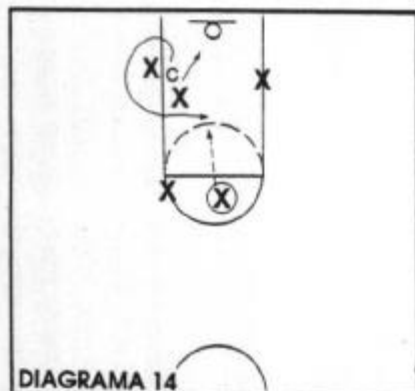
DIAGRAMA 13

problemas al triángulo. El pivot puede cortar en el medio del triángulo para recibir. Esto es fácil de llevar a cabo si el pivot «trabaja» al defensor con un cambio de dirección. El pivot puede también utilizar el defensor bajo del triángulo como bloqueador cortando alrededor suyo y dejando a su propio defensor, *diagrama 14*.

Si el defensor individual juega hacia el balón, un corte en puerta atrás o un pase lob pueden dejar al pivot solo, *diagrama 15*.

Cuando damos el balón al poste alto, el defensor del vértice del triángulo debe marcar individual. Normalmente uno de los defensores del fondo está ocupado en llevar ayuda a la defensa en el centro. Ello obliga al defensor en zona a marcar a dos atacantes. Los atacantes del perímetro que no están marcados deben moverse en corte flash hacia la canasta obligando al defensor que queda a tomar una decisión. El jugador exterior que se encuentra libre puede disponer de un tiro corto o de una entrada fácil, *diagrama 16*.

Cuando la defensa utiliza los dos defensores individuales para frenar al pivot, el ataque debe tener más pa-



ciencia. Hay tres métodos para librar al pivot. El primero consiste en utilizar el poste alto para bloquear uno de los defensores y permitir al pivot de superar al otro defensor con un corte flash, *diagrama 17*. Facilita esta acción el hecho de que para los defensores es un poco difícil coordinar sus movimientos. El pivot además

puede utilizar a uno de los defensores en zona como bloqueador. El pivot comienza el movimiento fuera del área y efectúa un «curl» alrededor del defensor en zona intentando así perder a uno de los defensores individuales. El poste que bloquea lo hace sobre el defensor central mientras el pivot corta hacia el lado del balón,

diagrama 18.

Si los dos defensores individuales flotan hacia el balón para impedir al pivot de cortar flash hacia la pelota, un jugador del perímetro puede bloquear el defensor a zona y se puede realizar un pase lob hacia el pivot por encima de los dos defensores, *diagrama 19*. □



CONCEPTOS DE JUEGO ENTRE DOS

Por **GARY W. COLSON** (Coach Fresno State University)

Este juego que utilizamos con bastante éxito en situaciones de mucha presión se practica tras un pase determinado que indica a todos los jugadores lo que vamos a hacer. Es una forma de atacar que crea muchos espacios libres, lo que elimina las posibles ayudas.

Es un buen juego contra la excesiva presión defensiva y con cierto

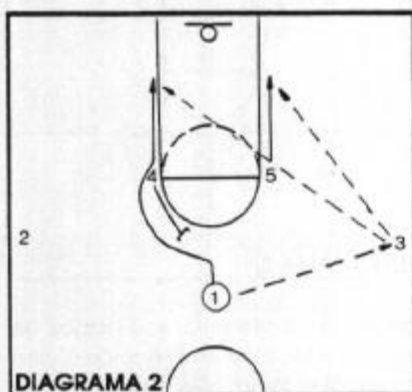
grado de espectacularidad. Creemos en el mismo porque para nosotros entrenadores creer en lo que hacemos es la clave de todo.

En el *diagrama 1*, los aleros juegan por encima de la línea que va del vértice superior del área hasta el lateral; es la línea intermitente del *diagrama*. Los aleros son (2) y (3). (4) y (5) son los que ocupan las posicio-

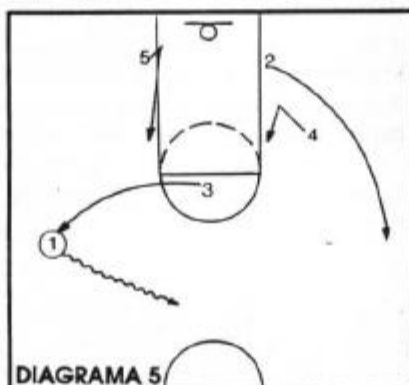
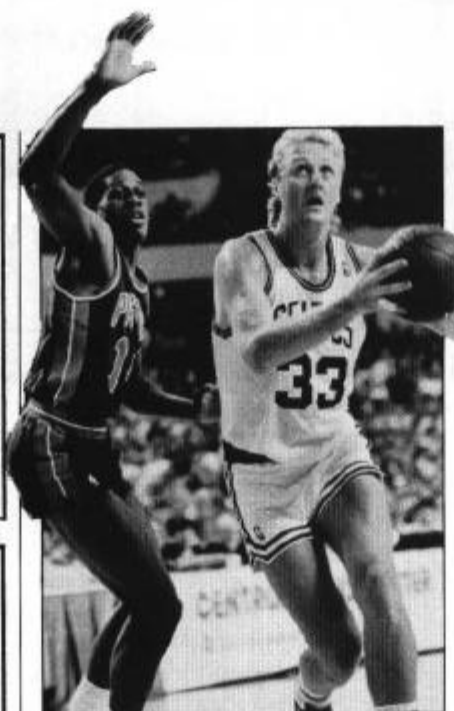
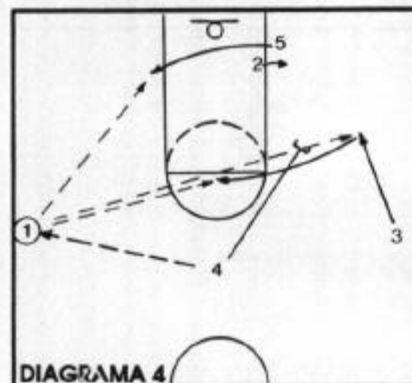
nes de poste alto y (1) es el base.

En el *diagrama 2*, (3) recibe el balón mientras (5) se va hacia el fondo del área. (4) debe bloquear por detrás a (1) y después se abre para recibir un eventual pase de (3). Este, antes busca el pase a (5) y luego mira un eventual pase bombeado hacia (1).

En el *diagrama 3*, (3) devuelve el



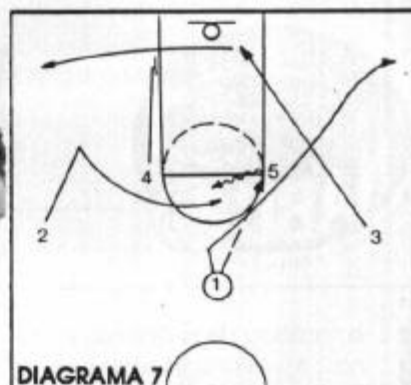
balón hacia (4) y éste hacia (1). (2) finta y luego corta para ir a bloquear a (5). El balón hay que girarlo en dos segundos. (5) se coloca detrás de su defensor que lo marca anticipando y



corta el área para recibir el balón. (2) no corta hasta que el balón no esté viajando entre (3) y (4).

En el diagrama 4, (3) pasa a (4) y se va hacia la esquina esperando un eventual pase de (1). Este busca antes a (5) y luego a (3). Si (1) no ve claro estos pases vuelve al centro.

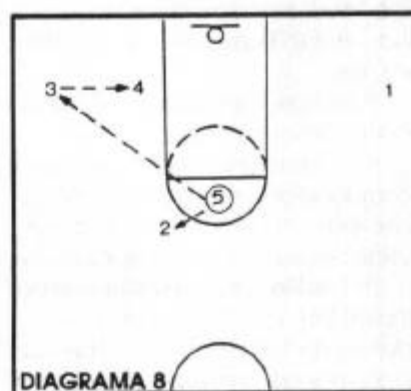
En el diagrama 5, los jugadores vuelven a las posiciones iniciales. Si la defensa se muestra muy agresiva jugarle «puertas atrás» con decisión.



En el diagrama 6, el pase efectuado de (4) a (2), picado al suelo, es el único que utilizamos en nuestro sistema cuando podemos superar a la defensa con un «back-door».

En el diagrama 7, el balón va hacia (5) en el poste alto. En este momento (3) se va, (1) corta hacia la esquina y (2) finta en profundidad y luego sube para buscar la devolución de (5) y el tiro.

Mientras tanto (3) se abre aprovechando el bloqueo de (4) y puede recibir para un tiro o un pase interior. En el diagrama 8, si (5) no ve clara la situación, devuelve el balón a (2) y se comienza de nuevo el sistema con (1), diagrama 9, que recupera el control del balón. □





LA DEFENSA EN ZONA 2-3

Por **BRAD ELLIS** (Coach Hiram College)

La finalidad de la defensa en zona 2-3 que practicamos en el Hiram College se resume a través de dos puntos:

1) bloquear el juego interior de nuestro rivales;

2) obligar al ataque a tirar desde el perímetro si quiere anotar.

Otras ventajas adicionales de esta zona son:

1) ofrece buenas posiciones de rebote;

2) es más fácil salir en contraataque;

3) es más fácil para defender a la «estrella» rival y puede proteger a nuestros jugadores de las faltas.

Para poder aplicar correctamente esta zona 2-3, y cualquier otra zona, debéis tener un buen conocimiento no sólo de los principios de zona sino también de los principios de defensa individual como son la ayuda en el lado débil, balón/atacante/defensor, etc.

Para que vuestra zona sea eficaz debéis tener:

1) **Comunicación:** debe existir comunicación constante en la cancha para cubrir todas las responsabilidades de los bases y de los aleros.

2) **Presión sobre el balón:** si el balón está en vuestra área defensiva, y dentro de la zona de tiro, hay que jugar muy agresivo sobre el atacante.

3) **Ayuda obligatoria sobre cualquier penetración:** es difícil evitar la penetración de los bases en 1c1.

4) **Los bases cubren tres atacantes en el perímetro:** los jugadores interiores hablan siempre y ajustan las posiciones.

5) **Movimiento total de los cinco defensores como reacción a cada movimiento ofensivo** (pase, dribling, corte, etc.).

6) **Trap** sobre el balón en el área.

7) **Cobertura individual**, cuando el

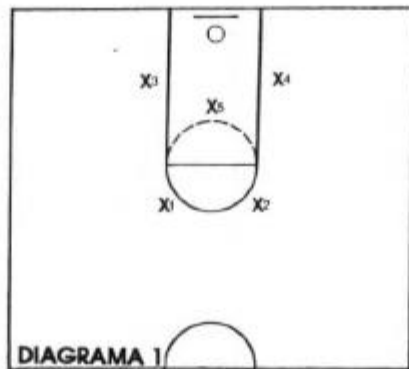
balón está en el poste alto, por parte del defensor en el poste, mientras los aleros se cierran hacia el área y cubren el fondo.

8) **El pivot** es el responsable del área.

9) **Dentro/fuera:** el que no ha realizado la rotación hacia fuera es el que dirige la maniobra del equipo.

10) **Posición abierta:** porque permite a toda la defensa de visualizar mejor el balón y se reduce el riesgo de posibles puertas atrás gracias a la ayuda desde el lado débil de la zona.

La alineación básica de la zona 2-3 es la indicada en el *diagrama 1*. Las reglas generales son:



- 1) manos arriba;
- 2) moverse sobre las puntas de los pies, rebotando;
- 3) listos para desplazarse;
- 4) saber donde se encuentra el ataque.

Generalmente el atacante en punta intenta penetrar contra la zona 2-3. Por ello nuestro desplazamiento inicial manda uno de nuestros bases a marcarle a los límites de la zona de tiro. El otro base (o escolta) se desplaza hacia el alero y se abre, extendiendo una mano hacia el área cubierta por el poste alto y la otra hacia el alero, *diagrama 2*. Lo que intentamos hacer es que nuestro base más lejano a la



sobrecarga ofensiva, sea capaz de empujar el balón en dirección al otro base, *diagrama 3*. En este momento es fundamental la buena comunicación entre los jugadores. La función de (X1) es de: 1) presionar el balón; 2) movimiento elevado de las manos; 3) obligar al balón a dirigirse hacia el lado de (X2). Reglas para los aleros: si el base (X1) presiona al hombre con balón, (X3) debe «fintar» constantemente a los hombres del perímetro de su lado, *diagrama 4*. Si el balón pasa por encima de (X1), éste debe girarse y seguir el balón. (X3), que estaba fintando, sale un poco para obligar al alero atacante a dudar y dar tiempo a (X2) de recuperar. (X3) no supera nunca la altura de la línea de tiro libre.

Cuando el balón es cambiado de lado, los bases deben perseguir el



balón y buscar colocarse en los carriles de pase. (X2) deber ralentizar el cambio de lado, mientras (X1) debe responsabilizarse del área del poste alto, *diagrama 5*.

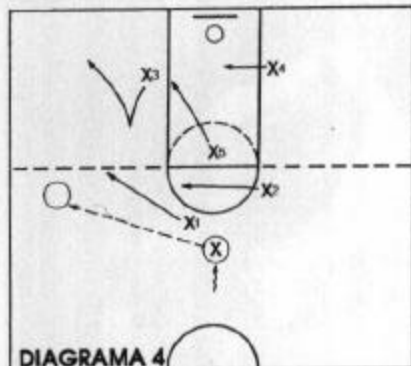


DIAGRAMA 4

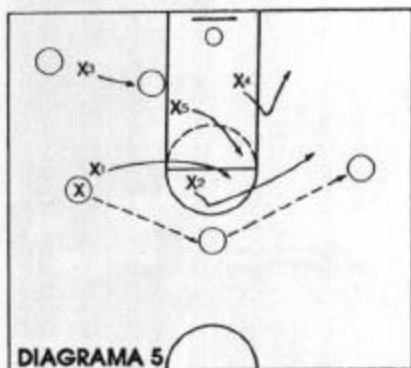


DIAGRAMA 5

El pivot (X5) tiene también la máxima responsabilidad en el área del poste alto, *diagrama 6*, y debe: 1) que el balón esté lejos del poste bajo; ello es muy importante cuando el balón va por debajo de la prolongación de la línea de tiros libres, 2) Cuando el balón está en posición alta, se debe desplazar hasta el poste alto pero sin enfrentarse, 3) Si el balón va al poste alto, entonces debe presionar al atacante.

Cuando el balón va por debajo

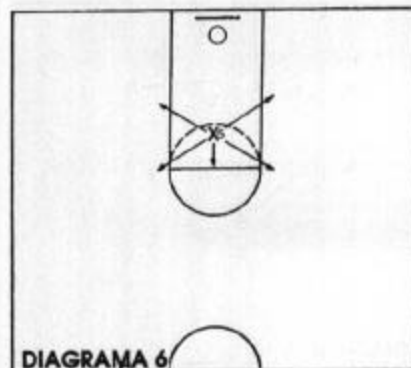


DIAGRAMA 6

de la prolongación de la línea de tiros libres, el base del lado débil (X1) será responsable del poste alto, pero sin olvidarse de los pases skip (de lado a lado), *diagrama 7*.

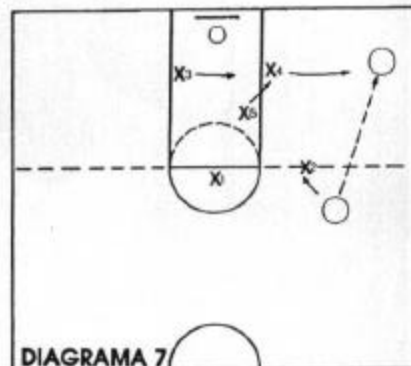


DIAGRAMA 7

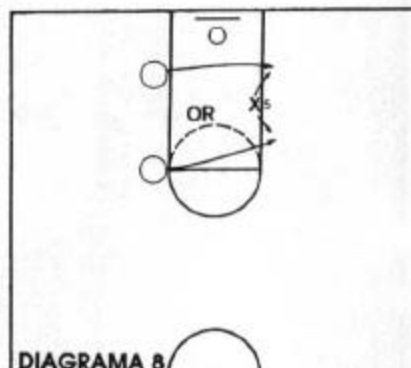


DIAGRAMA 8

Cuando no hay nadie en el poste alto, (X5) debe reconocer los cortes desde el lado débil y defenderlos, *diagrama 8*.

Cuando un jugador atacante corta desde el lado débil y hay un giro de balón, *diagrama 9*, es importante la rotación de todo el equipo para llegar antes.

Ejercicios

En el *diagrama 10* jugamos 2c3



DIAGRAMA 9



DIAGRAMA 10

siendo los dos defensores, los bases. Es un trabajo muy duro, pero los bases deben acostumbrarse a trabajar fuerte para poder realizar correctamente el movimiento en los partidos. Hay que intentar mantener el ataque en un lado del campo. La continuación del ejercicio es permitir el tiro y el dribling. Hay que enseñar al base como recuperar sobre el hombre en punta, estar dos pasos lejos del balón y con una mano y un pie en la línea de pase.

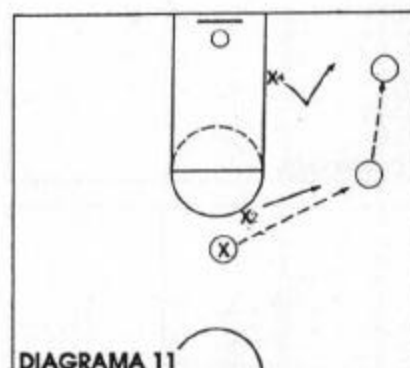


DIAGRAMA 11

En el *diagrama 11* jugamos 2c3 con un base y un alero. El alero debe ayudar, para que el base recupere, y luego se va para atrás. En el *diagrama 12* jugamos 2c3 con alero y poste.

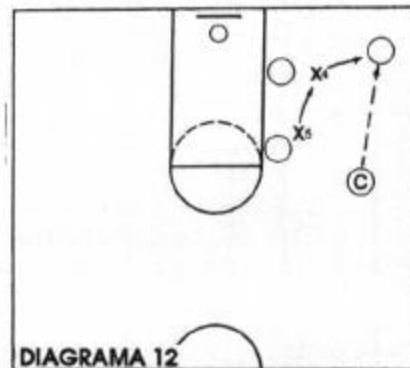
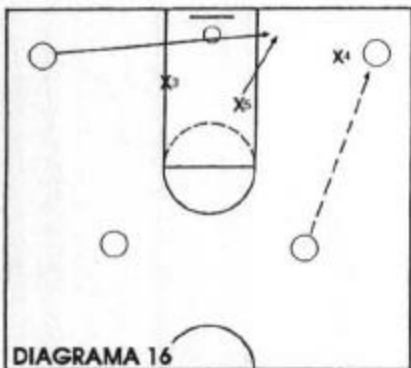


DIAGRAMA 12

Con el balón bajo, el alero sale a tapar y el poste baja a cubrir al pivot bajo.



En el diagrama 13 jugamos 3c4. El alero se queda lo suficiente para permitir al base llegar; el pivot efectúa la misma maniobra con el alero.



túa la misma maniobra con el alero. En el diagrama 14, jugamos 3c5. (X3) pone presión al balón; (X5) se enfrenta al poste bajo; (X4) se queda en posición de ayuda. Cuando el balón está en la esquina, la primera misión del base es flotar y ocupar el área del poste alto. En el diagrama 15, el desplazamiento cuando el balón cambia de lado. En el diagrama 16,

(X4) efectúa una presión sobre el balón y (X5) cubre el poste bajo, mientras (X3) está en posición de ayuda. La máxima responsabilidad de (X5) cuando el balón está en la esquina, es defender al pivot bajo. En los diagramas 17 y 18, dos ejercicios de 5c9 con los desplazamientos según esté el balón en punta o en la esquina. □



Baden®



Baden®
Baden®



Baden®
Baden®



USBL: LIGA DE VERANO PROFESIONAL DE BALONCESTO
WBCA: COMPETICIONES DE LAS LIGAS UNIVERSITARIAS FEMENINAS
Recomendada por la Asociación de Entrenadores Femeninos de Baloncesto

BALONES OFICIALES EN LAS
COMPETICIONES MASCULI-
NAS Y FEMENINAS ORGANI-
ZADAS POR LA FEDERACION
ESPAÑOLA DE BALONCESTO

Distribuidor exclusivo:

ACEBSA

Iradier, 37 - Tel. (93) 417 24 04 - 6 líneas

Télex 98426 SCPB

Fax 4182394

08017-BARCELONA, ESPAÑA

LA RELACION ENTRE LOS ENTRENADORES Y LOS PERIODISTAS

Por **JOAN CERDA** (Periodista y entrenador)

Es muy difícil abordar el tema de las relaciones entre los entrenadores de élite y los periodistas sin caer en tópicos y ejemplos demasiado particularistas. El tema se complica todavía más en caso de querer diseñar un modelo teórico de este contacto entre técnico e informador al tratarse, creemos, de una relación humana, sujeta a simpatías, manías y cambios de suerte.

La solución que nos permita conocer cuál es la relación entre tan dispares personajes podría consistir en explicar los dos puntos de vista. ¿Qué opina el periodista del entrenador? ¿Qué piensa el entrenador del periodista? Vamos a intentar responder a estas dos preguntas.

Un entrenador sabrá que ha llamado a las puertas de la élite cuando comience a salir en los papeles y en las ondas de radio o televisión. Que estas puertas de la élite se abran de par en par dependerá del trabajo realizado y la suerte -cuya suma puede denominarse resultados- y, ¡atención!, de los periodistas: ellos le darán o quitarán imagen pública. Este factor es importantísimo y vital para poder sobrevivir en la loca rueda de la élite.

Cuando un entrenador entre en la élite, digamos que obtiene un crédito que debe administrar. Lo puede haber obtenido por ser un joven a quien se le ha dado una oportunidad, un segundo que sustituye a un primero quemado prematuramente, un técnico solvente al que al fin se hace caso, un buitre de mucho cuidado o por la suma de alguno de los anteriores factores. Pasado el rito iniciático de ser admitido por los hermanos de banquillo (el entrenador de élite es el ser más corporativo que



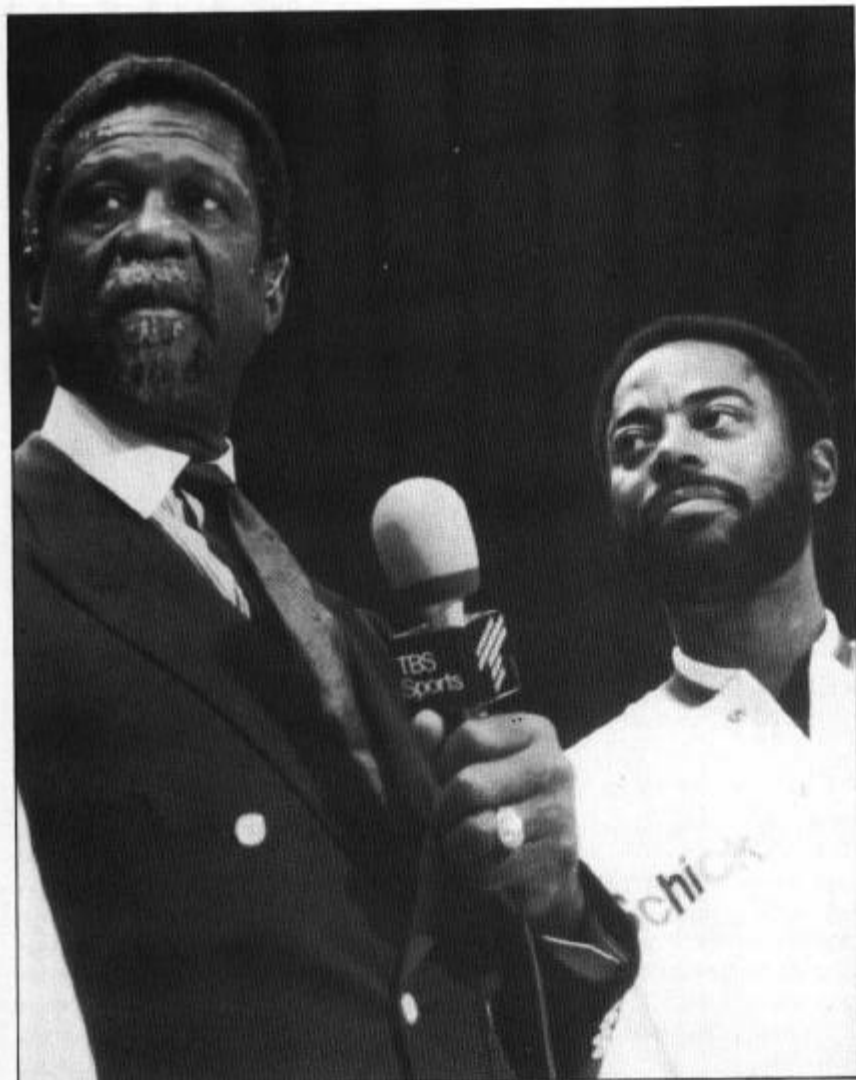
existe) y haber logrado algún que otro resultado, entra en escena el periodista, el primer notario del ascenso profesional del entrenador.

Veamos ahora la otra cara de la moneda. ¿Quién es este periodista que se acerca al entrenador de élite? Es difícil realizar un retrato-robot de este periodista. La tipología puede variar desde un licenciado o un jefe de sección, que sabe tanto de baloncesto como de dar pésames en calzoncillos (les prometo que estos tipos existen y son muy leídos o escuchados) hasta el tipo tímido excesivamente educado o sensible (cualidades que no siempre van unidas al éxito profesional del informador) pero que en ocasiones entiende de baloncesto más que muchos entrenadores (este tipo también existe!). Naturalmente, a partir de estos dos extremos, podemos encontrar una gran cantidad de comportamientos.

Cierto día llega el momento mágico. El redactor-jefe le dice al periodista: «hay que entrevistar a.....». El informado piensa: ¡por fin! Y es que

entrevistar al entrenador de élite supone huir un poco de la esclavitud de tratar con el jugador y entrar en una relación más profunda que posiblemente se iniciará ante una mesa de un buen restaurante (depende de las intenciones del que abone la cuenta).

Ya tenemos a ambos personajes frente a frente. ¿Cuál será la relación que se establece entre ellos? Nos fijaremos en tres posibilidades. La primera de cuando el entrenador está sentado en la élite y el periodista es novato; en este caso el entrenador acostumbra a adoptar un tono casi paternal y seduce deportivamente a su interlocutor con una serie de frases filosóficodeportivas. Si hay restaurante por medio, paga el entrenador. Si se trata del caso en que un periodista curtido «decide» entrevistar un joven y ambicioso cachorro del banquillo, es el plumilla, quien domina la situación, imparte consejos y hace «rajear» el inexperto contertulio, que traga con todo con tal de agradar y arrancar un posterior «¡parece un buen



chavall».

En el caso que periodista y entrenador sean de la misma promoción, hay poco lugar para la indiferencia: sólo cabe el enfrentamiento puro y duro o la fidelidad («yo te hago propaganda, tú me cantas algún fichaje») mutua a través de las temporadas.

¿Qué opinan los entrenadores de los periodistas?. Los técnicos hablan bien de los informadores... delante de los informadores. Normalmente creen estar sometidos al capricho de unos individuos que en su mayoría carecen de las nociones cestistas necesarias para entrenar un equipo de minibasket. Pero si aparece un periodista que entiende (por haber jugado, entrenado, etc.) y critica acertadamente, el entrenador todavía se enfada más al ser este periodista

menos susceptible de ser engañado con explicaciones del corte de UCLA. En general, el entrenador se siente desprotegido ante la presunta falta de conocimientos del informador y encima debe sonreírle y tragar lo que haga falta.

¿Qué opinan los periodistas de los entrenadores? Este caso es mucho más difícil y generalizar pues cada entrenador despierta diferentes opiniones en diferentes periodistas.

El informador es voluble por naturaleza, capaz de pasar del amor al odio o viceversa en cuestión de segundos aunque también son famosos los casos de fidelidades o enemistades más allá del tiempo y del espacio. El periodista valora al entrenador que le come el coco pero sin pararse y sin hacerle comulgar con ruedas de molino. El entrenador con un buen

trato humano (no confundir con hipocresía) navegará con cierta ventaja por el proceloso mar de la élite. El periodista valorará también que le den un poco de «marcha» informativa pero difícilmente considerará a ningún entrenador como un genio del baloncesto.

Para finalizar, un tema espinoso: el intrusismo profesional. Los periodistas, especialmente los más malos, se sienten perfectamente capacitados para entrenar un equipo de élite pero la ley de la oferta y la demanda impide que puedan llevar a la práctica tan descabellado sueño. En cambio, esta misma ley permite que entrenadores y jugadores (con un par de magníficas excepciones) hagan el más absoluto de los ridículos (algunos no saben ni hablar) ante micrófonos y cámaras. Si ven algún artículo escrito, normalmente lo ha redactado un periodista en funciones de «negro». El agravio comparativo se completa si comparamos los sueldos de los entrenadores (seis millones como mínimo según convenio) con los de los periodistas (muchos cobran «a tanto la pieza»). Pero lo más grave es que un entrenador o jugador le pagan por un par o tres de transmisiones al mes más de lo que cobra un periodista con salario normal. Quizá la venganza de los entrenadores consista en su presencia ante los micrófonos. □

ANTON COMAS, MIEMBRO DE LA COMISION EJECUTIVA DE LA FIBA

El pasado 26 de mayo, en la reunión anual de la zona europea de la Federación Internacional de Baloncesto (FIBA), el presidente de la A.E.E.B., **Anton Comas**, fue elegido miembro de la comisión ejecutiva europea de la FIBA. Con ello se logra dar un paso fundamental para la participación de nuestra Asociación en las actividades técnicas programadas por la FIBA a nivel internacional.

X ANIVERSARIO DE LA ASOCIACION CATALANA

En el presente año se ha cumplido el décimo Aniversario de la fundación de la «Associació Catalana d'Entrenadors de Basquetbol» y los componentes de su Junta Directiva acordaron celebrar las primeras efemérides de su historia, para cuyo efecto se organizó una comisión que cuidó de preparar una serie de actos en los que se reunieron, aparte de un nutrido grupo de entrenadores, personas destacadas de nuestro deporte.

Se inauguraron los actos conmemorativos con un pregón a cargo de un destacado baloncestista: el honorable Francesc Sanuy i Gistau, ex-Consejero de Comercio y Turismo de la Generalitat de Catalunya y actual representante del Gobierno Autónomo de Catalunya en Madrid, quien, además, es el Comisario para el Pabellón Catalán de la Expo-92, de Sevilla. El Sr. Sanuy, aparte de recordar su larga vida como jugador de bàsquet, glosó la evolución de nuestro deporte, logrando captar el auditorio que se reunió en la Sala de Actos de las Escuelas Pías de San Antón, en Barcelona. Exactamente en la Escuela donde el Padre Eusebio Millán inició la enseñanza del bàsquet en España (recordemos el primer partido C.E. Laietà-C.E. Europa, celebrado el 8 de diciembre de 1922). Un pregón preñado de recuerdos, de datos y de esperanzas de futuro que fue un prólogo impecable de los actos conmemorativos.

Presidieron el acto el Sr. Ramón Llorens, Vice-Director General de Deporte de la Generalitat de Catalunya, el Sr. Manuel Monroig, Vice-Presidente de la Federación Catalana, el Sr. Pere Sust, Presidente de la Federación Española, el Sr. Anton M. Comas, Presidente de las Asociaciones Europea y Española de Entrenadores y el Sr. Enric



Pascual, Presidente de la Comisión del 10º Aniversario.

Uno de los puntos del programa que ofrecía mayor sugestión fue el Concurso de Trabajos Técnicos, abierto a entrenadores menores de 25 años. Se recibieron 18 trabajos y los ganadores fueron:

1º — Josep Solà Santesmasas, con «*Fonaments tàctics col·lectius d'atac al bàsquet de base*»

2º — Jorge Roman Solo con «*Una perspectiva deportiva enfocada bajo una visión socio-pedagógica*»

3º — Eduard Sal Martí con «*El bàsquet de base*»

Pep Clarós Canals con «*Específics. Entrenaments de tècnica individual*».

Es de elogiar la alta calidad de los trabajos recibidos, que fueron valorados por un jurado compuesto por los entrenadores Jaume Berenguer, Josep Comellas y Joan Mº Gavalldà.

El sábado 13 de julio, en la Sala de Actos del Centro Parroquial de Sant Pere de Terrassa se celebró el «I Congrés d'Entrenadors Catalans de Basquetbol». El tema del Congreso, «*Función de los entrenadores en un futuro inmediato*», fue glosado en dos brillantes ponencias a cargo de Albert Gasulla Angla y de Guifré Gol

Terradellas, quienes trataron los temas «*Entrenar al siglo XXI*» y «*La profesión d'entrenador en el futuro*», respectivamente. La tónica de los temas fue un reflejo de la calidad de sus ponentes, quienes plantearon y ofrecieron sus opiniones e ideas al interesado auditorio. Asimismo leyeron sus comunicaciones los entrenadores Jordi Grau Sánchez y Albert Gasulla Pascual («*Això que en diuen bàsquet de base*») con una exacta claridad de conceptos.

Cabe destacar la desinteresada colaboración del C.P. Sant Pere de Terrassa, cuyo Presidente, Sr. Josep Bolederas, honró la mesa presidencial junto a los directivos de la Comisión Organizadora, Sres. López y Pascual.

Por la noche tuvo lugar el último acto del 10º Aniversario: una cena que reunió a congresistas y a la que asistieron el entonces Presidente de la F.E.B., Sr. Pere Sust, y el de la A.E.E.B., Sr. Anton M. Comas.

En total, unos actos en los que se demostró la vitalidad de la «Associació Catalana d'Entrenadors de Basquetbol», cuyas actividades, aparte de aportar nuevas ideas a sus asociados también destacan por su sentido de compañerismo entre sus compañeros. □



ENTREVISTA CON BORIS STANKOVIC

Por **PERE FERRERES** (Periodista)

Estaba predestinado a llegar alto. Así que cuando optó por el deporte del basket, nació con estrella en el Estrella Roja de Belgrado y continuó después su carrera en el vecino Partizán. Jugaba de pivot, fue 36 veces internacional, participó en el primer campeonato del mundo, celebrado en Argentina. Y cuando dejó de jugar, se encontró casi sin darse cuenta trabajando de veteri-

nario, tarea que simultaneaba con el cargo de entrenador del O.K.K y con la Federación Yugoslava, para la que trabajó honoríficamente. Como jugador ganó dos ligas yugoslavas, como técnico consiguió tres títulos en su país y un cuarto en Cantú (Italia). Un día conoció a William Jones y este hombre que nació hace 65 años en Bosnia, aunque la mayor parte de su vida transcurrió en Belgrado, recibió

el encargo de trasladarse a la fascinante Baviera, a Munich, a la sede de la FIBA, para ser primero secretario adjunto y a partir de 1976, secretario general.

Aprendió un montón de idiomas en la escuela y viajando, entre ellos el español, que habla a la perfección. En su despacho, es posible oírle hablar en una tarde en alemán, inglés, francés, español y hasta ruso. ¡Ah!, y

«La FIBA continuará siendo la locomotora del basket en el mundo»

en yugoslavo. «Bueno, no sé si hay que decir yugoslavo, creo que es serbio», matiza.

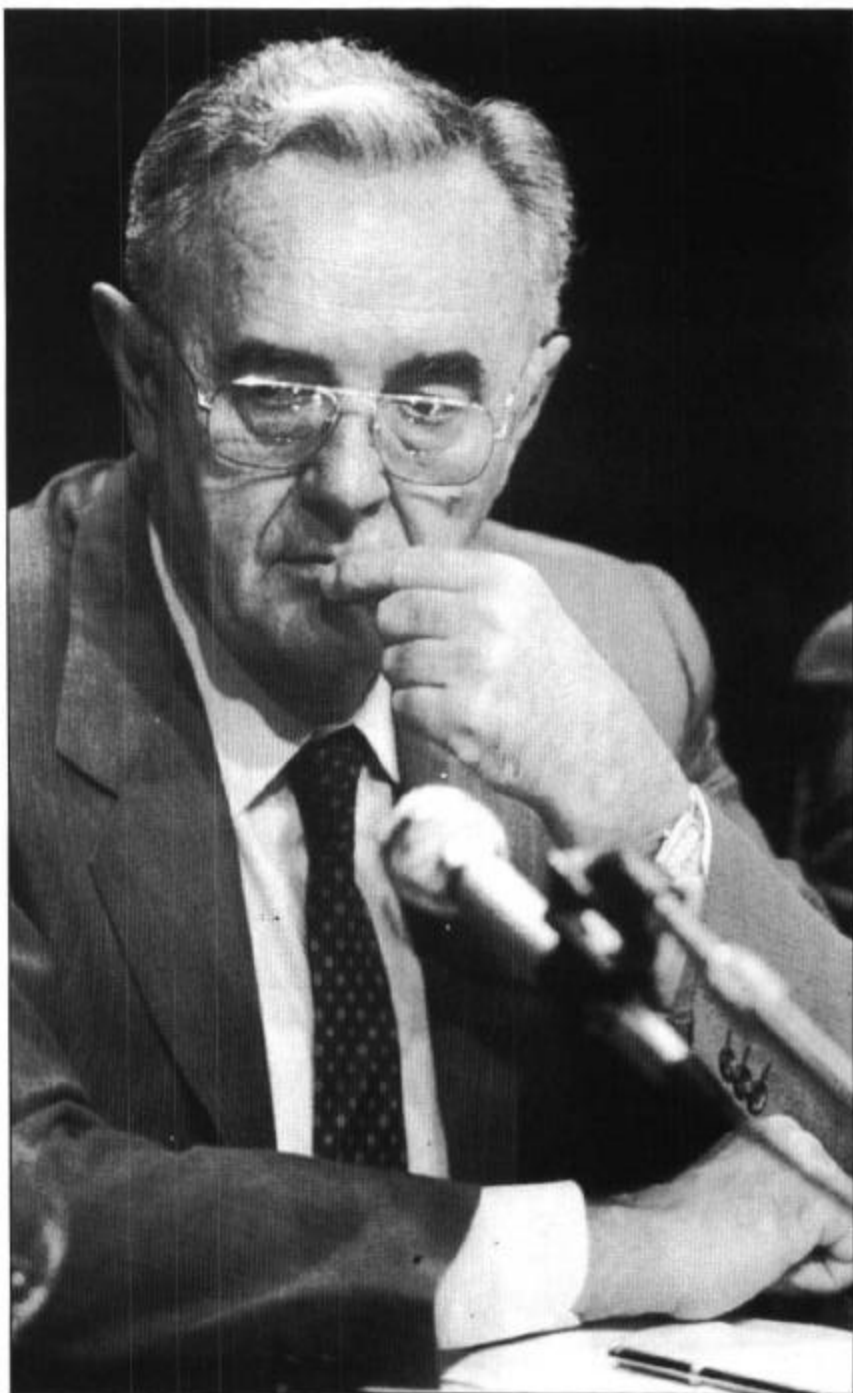
Tiene, en ese despacho funcional de la tercera gran metrópolis de Alemania, un timetable que le sirve para confirmar telefónicamente la hora de su llegada a un aeropuerto o la salida de su próximo vuelo con destino a cualquier rincón del planeta donde sea posible encontrar un aro. A él y a Juan Antonio Samaranch, les das cinco minutos y te cogen un avión: sienten la necesidad de supervisar todo, de cerciorarse absolutamente de todos los detalles sobre el terreno.

No hace falta decir que el despacho del secretario general de la FIBA es de una pulcritud extraordinaria y que nada más entrar, comprendes que está en la cabecera de la locomotora que mueve el basket en el mundo entero. El santo y seña son dos retratos de Naismith y Jones. Desde el aeropuerto de Munich, camino de Kisdierhofstrasse 168, el taxi ha pasado por delante de un inmenso edificio de Bayer, la de las aspirinas. Al llegar, una secretaria nos ha llevado con diligencia hasta Boris Stankovic.

— ¿Un cargo como el suyo provoca muchos dolores de cabeza?

— Sí. Pero es un trabajo muy atractivo, muy agradable. Un trabajo donde se pone toda la vida y toda la capacidad que una persona tiene.

(La Prensa del día sigue hablando de la crisis del país balcánico. «En una guerra civil es casi imposible decir quién tiene razón. Es lo más triste que puede suceder. España tiene unos recuerdos terribles de su guerra. Mi esperanza es que la guerra no siga adelante», explica un Stankovic apesadumbrado, muchas veces impotente para comunicarse con su país natal porque un día el teléfono va y otro no y lo único seguro es el télex. «Vivimos tiempos de complicaciones terribles», dice el secretario general



de la FIBA. Y lo dice pensando en el propio basket, pero sin poder dejar de olvidar ni un instante que su hija Iliana y sus dos nietas, Alexandra e Ivana, siguen ahí, en Belgrado).

— ¿Cuál fue su primera impresión al llegar a la sede de la FIBA, en Munich?

— A mi llegada, la oficina era una habitación y estábamos Jones, una secretaria y yo. Eran los tiempos heroicos de la FIBA. Ahora tenemos una

oficina de 400 metros cuadrados, con once personas que trabajan aquí. Piense que son 178 los países afiliados actualmente a la FIBA y ahora, con los países bálticos, vamos a superar los 180. Después de la IAAF, somos la federación internacional con más afiliados.

— ¿Es usted un hombre extraordinariamente activo?

— Creo que sí. Estoy en una edad en la que no me interesan mucho

«En mi cargo de secretario general de la FIBA, es absolutamente indispensable mantener en todo momento la dirección justa»

otras cosas que no sea mi trabajo. Si acaso, un poquitín la música clásica y la literatura.

- ¿Es constante?
- Eso sí. Sin esa constancia, no se puede trabajar en este ámbito.
- ¿Independiente?
- Absolutamente independiente. Ya no vivo en Yugoslavia desde 1966, año en que marché a Italia. Por tanto, mi influencia yugoslava es mínima. Estoy muy bien retribuido y económicamente soy independiente. Tengo absoluta libertad de acción.
- ¿Es Boris Stankovic un triunfador prudente?

— Soy una persona que no cambia muy veloz y muy rápido sus opiniones, pero cuando los interlocutores tienen buenas razones, estoy siempre dispuesto a aceptar sus criterios. En este trabajo, es absolutamente indispensable mantener en todo momento la dirección justa.

— ¿Qué le ha dado más el basket: gloria, dinero, poder, un puesto brillante en la historia del deporte?

— Un puesto brillante y una seguridad ante la vida, en su plano económico.

— ¿Qué es lo que más le seduce de su cargo?

— La amistad de la gente de todo el mundo.

— ¿Los dirigentes deportivos, al igual que los diplomáticos y los militares, deben ser apolíticos?

— No se puede imaginar deporte sin política, pero para nosotros, para la gente del deporte, es necesario tener presente que el deporte a veces se usa para fines políticos.

— Por cierto. ¿El proceso de descomposición del basket yugoslavo es irreversible?

— Seguro, seguro, seguro. Lo que pasa es que el basket tiene una base muy fuerte en Yugoslavia y seguro

que dentro de unos años en muchos lugares de Yugoslavia el basket será tan fuerte como siempre. Pero ahora mismo es una tragedia, para el país y para el deporte.

— ¿Peligra el Mundial de 1994 en Belgrado?

— Estuve en Belgrado recientemente. Hablé con el presidente del Comité Olímpico yugoslavo, Bakocevic, y con el presidente del Comité Organizador del Mundial de 1994. Ellos me han asegurado que Belgrado va a organizar este Mundial. De hecho, la construcción del pabellón capaz de albergar a 18.000 personas se va a llevar adelante.

— ¿Usted prefiere que sea así?

— No sé, no sé, es difícil decirte qué prefiero.

— La FIBA se juega mucho en el próximo Mundial...

— Sin duda. No podemos permitir otro fracaso organizativo como Argentina. Nosotros seguimos apostando por Belgrado, pero la FIBA sigue contando con alternativas en la recámara: aquellos países que ya fue-

«España es uno de los países donde el basket está a la vanguardia, donde está bien organizado»

ron candidatos en su día, como Japón, Australia, Canadá, Italia o Alemania.

— Ha dicho Canadá. Naismith nació allí, pero da la sensación de que no termina de cuajar el basket allí.

— El basket no es tan popular en Canadá, porque sólo existe una buena organización a nivel escolar, pero luego no existen clubs como tenemos en Europa ni una liga como la NBA. Por otro lado, el público está muy influenciado por el basket de Estados Unidos y en ese sentido, si se hiciera un Mundial en Canadá sería un éxito tremendo.

— Oiga. A usted le gusta hablar de áreas, no de países...

— Es verdad. Cuando se habla de

países, es como cuando se habla de personas. Es difícil dar, entonces, una opinión, ya sea positiva o negativa. Pasa lo mismo con los países. En cambio, área es algo general y usted debe pensar que mi puesto es muy sensible y no se debe olvidar nunca que la gente es muy sensible también hacia las opiniones de sus países, de sus clubs.

— Una de las áreas más delicadas es la de Europa del Este. ¿Hasta el punto de necesitar un tratamiento especial?

— Por descontado. En ese sentido, la decisión de la Asamblea Europea de la FIBA es clara. Se creó un fondo de ayuda para esos países por un valor de 600.000 marcos en tres años, para ayudarles con la mayor flexibilidad en la creación y organización de clínicas para entrenadores, árbitros y dirigentes. Hay que explicarles a los amigos del Este cómo se puede organizar una Federación de otro tipo al que conocen.

— Ustedes, la gente de la FIBA, ¿forman una organización poderosa? Se lo digo porque a veces da la sensación de que van de pobres...

— Pues mire, ni muy rica, ni muy pobre. La gente, en Europa, no entiende que la FIBA es una organización en cuyos estatutos se especifica que no puede tener fines lucrativos. No se puede comparar con la NBA, que trabaja para ganar dinero. La FIBA no sólo debe contemplar a la élite, sino a todo el basket en general. La NBA es la liga de un país. La FIBA es la organización de todos los países. Es muy distinto.

— ¿La FIBA seguirá siendo la locomotora del basket mundial?

— Está claro. La NBA sigue su filosofía, organiza las competiciones al más alto nivel y gana dinero. La FIBA no puede disponer de un capital, necesita el dinero sólo para su infraestructura y para ayudar a esos países en vías de desarrollo.

— Tanto hablar de la NBA, ¿qué le parece que los jugadores profesionales acudan a los Juegos Olímpicos de Barcelona?

— Formidable. Necesitamos savia nueva en las competiciones.

— En las relaciones FIBA-NBA,

¿quién suele ceder más en sus planteamientos?

— Las relaciones son muy sinceras, muy buenas. Prima la cordialidad y la colaboración. Cada uno tiene su competencia. Cuando se plantea una organización profesional, tipo Open McDonalds, organiza la NBA. Cuando hablamos de los Juegos Olímpicos, es la FIBA la que marca la pauta.

— ¿Usted cree que hay excesivos temores en el basket mundial?

— No. El basket goza de buena salud en el mundo entero.

— La FIBA se resiste a la denominación de Liga Europea. Por qué?

— Hay que ir paso a paso. El primer paso es la nueva competición que hemos puesto en marcha. Vamos a ver cómo se desarrolla en los dos o tres próximos años. En el futuro, iremos a la Liga Europea.

— Usted sigue de cerca el basket español...

— Por supuesto. España es uno de los países donde el basket está en vanguardia, España, Italia y Francia son los países europeos donde el basket está bien organizado. En Grecia se viven momentos de explosión favorables para nuestro deporte. En Yugoslavia existen unos problemas que todos conocemos.

— Segura de Luna es un hombre muy respetado en la FIBA...

— Es un querido amigo mío. Una persona muy respetada en FIBA. Es el presidente de nuestro Comité Jurídico. Nuestra colaboración con él siempre será sincera.

— ¿Y qué opinión le merece la AEEB?

— España, Italia y Francia, como dije, están muy bien organizados, en todos los sentidos. Ellos pueden servir de ejemplo para otros países, también en cuanto se refiere a Asociación de Entrenadores. La de España, que preside mi buen amigo Antón Comas, es una organización reconocida absolutamente por la FIBA, pese a contar con autonomía administrativa y económica. La AEEB es como un sindicato de entrenadores, esa es la visión que se tiene desde la FIBA.

— ¿Qué puede decir de la Asociación Europea? ¿Y de la Mundial?



«Soy contrario a los mitos. Un mito puede impedir el desarrollo normal de las personas»

— Poco más o menos, lo mismo. Son organizaciones de prestigio en el mundo de los entrenadores.

— Qué papel juega, a su juicio, el entrenador en el contexto del basket mundial?

— Es una confusión su rol en el basket. Hay dos tipos de entrenadores: el que trabaja con la base y el entrenador de equipos profesionales. Es necesario diferenciar dos líneas distintas. En Europa podemos mirarnos en el espejo norteamericano, donde un entrenador de college es algo totalmente distinto a un entrenador de la NBA.

— ¿El entrenador está desamparado?

— El entrenador es alguien que cree tener un poder fuera de la naturaleza, es un ser muy especial. Está desamparado en algunos sitios, en aquellos donde todavía no se ha creado una Asociación de Entrenadores, justamente, pero no está desamparado ahí donde existe ese colectivo estructurado.

— Esta temporada habló usted del límite salarial y menudo revuelo armó...

— Es que hay que encontrar una

solución. Pensé siempre que cada país debe organizarse a su manera. No es lo mismo la situación en España que en Suiza o Yugoslavia. No creo, pese a todo, que sea interés del basket internacional que se creen siete u ocho equipos de alto nivel, capaces económicamente de comprarlo todo. Necesitamos crear la situación adecuada, donde cada club que compita tenga la misma posibilidad.

— Este año se celebra el centenario del basket. ¿Qué actos están previstos para la celebración final?

— Un partido entre los dos mejores equipos femeninos de Estados Unidos, una exhibición de los Harlem Globe Trotters, una celebración de los equipos YMCA, que es una organización que jugó un gran papel en el desarrollo del basket en los primeros años y una reunión del Bureau Central de la FIBA. Todos estos actos tendrán lugar el día 21 de diciembre, día en que se jugó el primer partido de basket de la historia y tendrán lugar en Springfield (Estados Unidos).

— ¿Boris Stankovic tiene algunos mitos?

— No. Soy contrario a los mitos. Un mito puede impedir un desarrollo normal de las personas. Un mito en basket puede ser Naismith. Es un mito por haber sido el fundador del basket y sin embargo no debemos seguir sólo las ideas suyas, porque vivimos una época distinta. Con los mitos, la persona se autolimita.

— ¿A qué personaje admira?

— Winston Churchill. Y en el mundo del deporte, a Jones, a Samaranch y una enorme admiración general por los dirigentes de pequeños clubs, porque trabajan sabiendo que no pueden llegar al nivel de un Barcelona, Real Madrid o Joventut, pero siguen trabajando con amor y una idea de que el deporte debe servir a la juventud, aparte de la gloria, del dinero, de la publicidad en la Prensa...

— ¿Cómo ve su futuro personal?

— ¡Ah!. Andando Danubio arriba, para pescar. Y pasar mucho tiempo con mis dos nietas en Yugoslavia. Pero debo estar aquí hasta 1998. Entonces, me iré. □

**Entrenadores
licenciados en educación física,
fisioterapeutas,
técnicos deportivos,
athletic trainers,
deportistas,...**



Una vision médico-científica del deporte

SPORT & MEDICINA

Es una publicación dirigida a todos los profesionales que deseen ampliar sus conocimientos y mejorar su actividad dentro del ámbito del deporte.

El deporte es una actividad viva, en constante evolución, tanto de su técnica como de su soporte médico científico. Por eso, aquellos que dedican su actividad profesional a esta parcela del comportamiento humano precisan una puesta al día permanente de sus conocimientos.

El contenido, cuidadosamente seleccionado, de **SPORT & MEDICINA** la convierte, a la vez, en obra de consulta permanente, en fuente de nuevos conocimientos y en vehículo de formación continuada para el profesional de la educación física y el deporte en relación con las ciencias de la actividad en la que trabaja en general y de su área biomédica en particular.



**Para más información,
dirigirse a:**

EDICIONES ESEUVE, S.A.

Sebastián Elcano, 30 • Tfno: (91) 467 25 00 • Fax: (91) 467 55 13 • 28012 Madrid

¿Hasta dónde dices que quieres llegar en baloncesto?



Zapatilla CONS-ERX
de

