

ELINIC

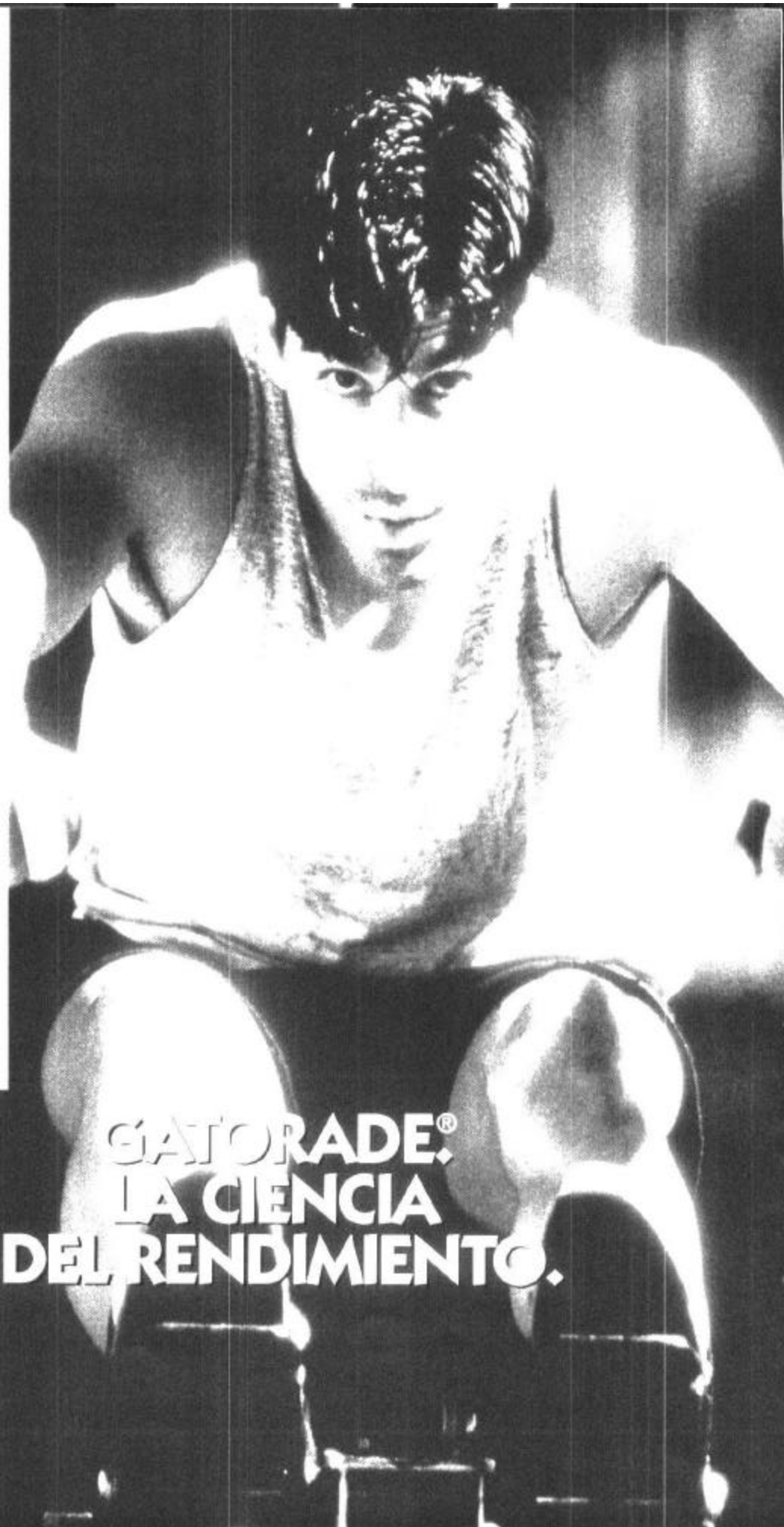
REVISTA TECNICA DE BALONCESTO

Año VIII-Núm. 31-Octubre 1995

DIFUSION GRATUITA PARA LOS SOCIOS



Jorge Juan, 82 - 28009 MADRID



Tiempo medio (*)
6:23.04

Tiempo medio (*)
7:11.07



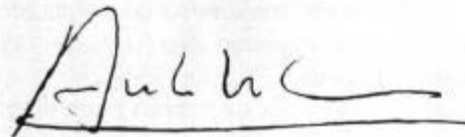
GATORADE®
LA CIENCIA
DEL RENDIMIENTO.

TEMAS MONOGRAFICOS

En el presente año, aparte de otras múltiples actividades, nuestra Asociación ha organizado dos grandes clínicas internacionales, en Zaragoza e Ibiza, y va a organizar un tercero en el mes de Diciembre en Madrid. Tras muchos años organizando clínicas de este tipo, parece razonable que se cuestione hasta que punto son interesantes y útiles para los entrenadores y cómo podrían mejorarse. Como es obvio, todas las conferencias de todos los grandes clínicas no pueden ser igualmente interesantes y útiles para todos los miembros de la Asociación, ni tampoco estas actividades pueden considerarse como los únicos instrumentos que la Asociación pone al alcance de los entrenadores con el propósito de ayudarles en su permanente formación y reciclaje, sino como una pieza más que junto a otros clínicas, seminarios y conferencias de ámbito más reducido, y al material didáctico de la revista CLINIC y de los libros y vídeos, contribuye a la actualización del conocimiento técnico de los asociados. Los grandes clínicas tienen como conferenciantes a participantes de todos los puntos de España y de otros muchos países, facilitando un enriquecedor intercambio de experiencias. Su interés y utilidad, en general, parecen constatados por la presencia masiva de entrenadores que año tras año acuden y siguen atentos la evolución de las conferencias. Sin embargo, es coherente con el espíritu renovador de la Asociación y del propio baloncesto, que se ensayen nuevas fórmulas para dinamizar estos clínicas y evitar su estancamiento. En esta dirección se plantea el clínic de Madrid del mes de Diciembre, con un tema monográfico, en este caso el ataque contra defensa individual, y conferencias sobre aspectos específicos diferentes que permitirán profundizar a los conferenciantes en los pequeños detalles. Si la experiencia resulta constructiva, habremos encontrado otra vía más para ayudar a los entrenadores, y estaremos satisfechos pero sin «bajar la guardia», pues al igual que sucede con el entrenador que tras ganar un partido ya está pensando cómo ganar el siguiente, seguiremos dándole vueltas, todas las que hagan falta, al tipo de actividades que puedan contribuir al conocimiento técnico de los entrenadores españoles.

Esperamos que este nuevo camino emprendido sea muy provechoso para todos nuestros asociados.

Recibid un cordial saludo,



ANTON M. COMAS I COMA
Presidente A.E.E.B.

El entrenador de hoy JAVIER AÑUA	Pág. 4
El talento PEPE LASO	Pág. 5
Conceptos de entrenamiento GERARD BOSC	Pág. 8
El «caso» Sala JOSE MARIA BUCETA	Pág. 14
Nuevos criterios JUAN CARLOS MITJANA	Pág. 18
Defensa mixta ANTONIO ALDEA	Pág. 20
Diez ejercicios MONCHO MONSALVE	Pág. 22
Fortalecer la defensa MANU MORENO	Pág. 30
Ataque en medio campo HUBIE BROWN	Pág. 32
Segundo contraataque KEVIN SIVILS	Pág. 38
Hepatitis BENITO CADENAS	Pág. 42
Entrevista con Hubie Brown FRANCO PINOTTI	Pág. 45

Edita
A.E.E.B.

Presidente
Anton M. Comas i Coma

Director
Francisco Miret

Traducción
Neus Blanch

Fotos
J.M. Arolas, M.A. Forniés, Revista Gigantes.

Han colaborado en este número
Javier Añua, Pepe Laso, Gerard Bosc, Chema Buceta, Juan Carlos Mitjana, Antonio Aldea, Moncho Monsalve, Manu Moreno, Hubie Brown, Kevin Sivils, Benito Cadenas, Franco Pinotti.

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

Producción gráfica
C&B

Impresión
Offset Color, S.L.

Depósito legal: M-26999-1988
ISSN: 0214-2635

(c) 1995 A.E.E.B. Reservados todos los derechos. Prohibida la reproducción total o parcial sin la autorización de la A.E.E.B.

... Y EL ENTRENADOR DE HOY (y II)

Por **JAVIER AÑUA** (Entrenador Superior)

Hablábamos en nuestro anterior comentario que el entrenador de ayer, siendo profesional, era esencialmente vocacional. Y ¿hoy?. Pues exactamente igual. El elemento clave, la responsabilidad, ha ido en aumento. Ya no se está solo en el banquillo. El Staff técnico es impresionante, pero la responsabilidad recae exclusivamente sobre las espaldas del entrenador jefe. Para él no hay piedad. O se gana o no sirve. En una palabra, el entrenador sigue viviendo, más que nunca, en una profunda soledad. Algo tremendo de sobrellevar.

¿Qué es lo que se ha mejorado de ayer a hoy en el trabajo de un entrenador?

1) El conocimiento. Ya no se trata de crear o descubrir un mundo ignoto. Se trata pura y simplemente de estudiar en una época en que los medios audiovisuales juegan un papel preponderante. En ningún deporte el vídeo y la informática aportan tal cantidad de datos. El acceso inmediato al material audiovisual de los campeonatos americanos, tanto universitarios como profesionales es clave. La ACB proporciona el material propio por sistema. El secretismo de antaño se ha convertido en un conocimiento compartido.

2) Staff técnico. Se ha pasado del entrenador individual a la formación de un equipo compacto con uno o dos ayudantes de entrenador de gran nivel técnico, personal que hace scouting, médicos, fisioterapeutas, preparadores físicos, ... El entrenador se ha convertido en un científico del deporte. Puedo asegurar, sin riesgo a equivocarme, que el nivel de conocimiento de un entrenador de baloncesto equivale al de unos estudios universitarios, en los que di-



rigir a un equipo de nivel ACB equivale al doctorado.

3) Entrenadores jóvenes y veteranos. ¿Existe el dilema joven/veterano? Se suele pensar que el entrenador veterano es conservador y que cierra el camino de acceso a los jóvenes valores. Sin embargo, opinamos que esto no es así. Otra cosa es que el sistema de competición, tremendamente exigente, derive en que el entrenador joven o veterano se mueva en unos parámetros de mínimos riesgos.

El entrenador joven viene teniendo acceso a equipos de élite con regularidad y en mayor cantidad

que antaño. La filosofía del joven entrenador suele ser la de constructor de equipos con visión a medio y largo plazo.

Ejemplos de Imbroda con el Unicaja, Edu Torres con el Andorra, Maldonado con el Manresa, ... son claras muestras de que apostar por jóvenes que crecen junto al equipo y hacen crecer a éste es algo que vale la pena y que hoy en día se produce con más frecuencia que antaño.

4) Técnica individual, estrategia, psicología. En la técnica individual es donde se ha producido el gran salto. El enorme trabajo de los entre-

nadores de base durante largos años nos ha llevado a una situación realmente floreciente. Raro es el jugador de cualquier categoría que no tenga una completísima panoplia de fundamentos de ataque. Defensivamente la cosa tiene más carencias, esencialmente porque el defender se ha hecho más difícil ante la perfección de los movimientos del atacante. Y por otro lado la defensa sigue siendo deseo, deseo y deseo... y ese nivel es harina de otro costal. Bien está la tendencia de este año a reducir el uso de las manos que no era otra cosa que una corruptela del reglamento.

Es en el aspecto estratégico donde, quizás, veo menos evolución.

Sabemos los movimientos que el adversario realiza (el scouting nos los da desmenuzados) y aplicamos el antídoto. Punto. Todo bien hecho pero sin el grano de imaginación que

estimo deberíamos aportar. Aquello de que hay que obligar al adversario a que haga lo que no está acostumbrado a hacer, nos debería llevar a pensar y por ende hacer pensar al adversario cada segundo que está en la cancha. Un poco más de imaginación y osadía.

Queda la psicología. Para mí la clave de la vida y el éxito de un entrenador. Se puede ser un experto en técnica individual, conocimiento de cinco mil cuatrocientos movimientos diferentes, se puede conocer todas las tácticas imaginables... pero uno no pasa con todo ello de ser un perfecto artesano. Para ser arquitecto capaz de construir un equipo hace falta algo más y, para mí, ese algo más es el conocimiento de la psicología de grupo. Como motivar individual y colectivamente, como convencer de la idea que queremos desarrollar, como conseguir que ca-

da uno de los jugadores dé lo mejor de sí mismos.

5) ¿Qué pasa con los entrenadores que un día dejan de tener un equipo? ¿A dónde va a parar ese caudal riquísimo de conocimientos y experiencia?

Pocos deportes, como el baloncesto, tienen una reserva humana tan amplia y preparada.

Las estructuras modernas del baloncesto deben aprovechar estas gentes en puestos dirigentes, organizativos, prensa, ...

Nadie mejor para aportar ideas positivas a un baloncesto que afronta fuertes competencias de otros deportes y que tiene que *evolucionar* más aprisa que los demás si no quiere verse desbordado. Hay gente, mucha gente, en el mundo de los entrenadores con enorme capacidad y vitalidad. ¡Aprovechémosla! □

TALENTO, APTITUD Y FISICO

Por **PEPE LASO** (Entrenador Superior)

Siempre que se hace un juicio sobre tal o cual jugador joven, me refiero desde los proyectos de 14 ó 15 años, como a los que están llegando a la madurez desde luego no antes de los 23, se suelen utilizar criterios subjetivos, no demasiado razonados en derechos concretos y casi siempre nos dejamos llevar por virtudes o defectos en una sola dirección. Si tenemos un joven de 15 años al cual se le han hecho unas previsiones de estatura de 2'10, definitivamente el resto de sus características y actitudes pasan a un segundo plano; por el contrario si un chaval de 17 años juega muy bien pero sólo mide 1'72, contemplamos sus extraordinarias cualidades, pero siempre se impone el si-

guiente criterio: *«es una lástima que sea tan pequeño»*. En definitiva, su carrera queda marcada, para bien o para mal, en un solo factor, ya poco valen otros parámetros que deberían influir claramente en su proyección como jugador.

Mi malogrado y admirado Ignacio Pinedo, entrenador lúdico, divertido y autodidacta, enemigo de todo trabajo concienzudo como vídeos, estadística, planteamientos, etc., dejó en mí alguna influencia que aún perdura, a pesar de nuestra opuesta concepción del entrenamiento. En su larga carrera de seleccionador junior y con ocasión de una de nuestras innumerables charlas, siempre que se lo permitiera el mus, me dijo una frase que conside-

ro cada día más vigente: *«solamente puede ser figura el jugador joven que en su categoría decide y marca diferencias»*. Ignacio no se paraba en previsiones de altura ni en frías frases tales como: *«no rinde porque fuera de su sitio»*, o *«con lo que sabe tiene asegurado un gran futuro»* o *«sólo con lo que se esfuerza tiene garantizado...»*. Incierto: sólo el que marca diferencias en categoría superiores puede ser útil en categorías superiores.

Otro gran problema es la programación a largo plazo, no ver algún defecto que por sí solo creo una gran limitación, sobre todo cuando se trabaja para clubs de ACB donde sólo pueden entrar los más capacitados.



Posiblemente para estos casos sería bueno tener en cuenta tres conceptos básicos para desechar o cuidar algunos de nuestros proyectos. Estos conceptos son:

- Talento
- Aptitud
- Físico

Opino que cuando un jugador no reúne como mínimo dos de estas

tres virtudes, difícilmente se abrirá camino en la ACB. Me atrevo a más: sólo el jugador que reúna las tres condiciones puede aspirar a ser un jugador importante en la alta competición; por el contrario si sólo reúne una de estas tres virtudes jamás será un jugador ACB.

Defino el TALENTO como esa diferencia que marca cualquier ju-

gador al realizar una acción; esa sensación de facilidad para intuir donde irá el balón, ese adivinar donde pasará un contrario, en definitiva la personalidad en los momentos difíciles para tomar decisiones, la máxima que utilizaba Ignacio Pinédo es decisiva.

La APTITUD es sin duda la mayor coartada de algunos jugadores. ¡Cuanto nos gusta a todos entrenar a jugadores con gran aptitud! Damos por ellos todo, hasta les regalamos minutos; nunca se les hace un reproche en la derrota. Es cierto que hacen todo lo que pueden y por otro lado suelen ser favoritos de directivos y forofos. Pero no es bastante; sólo con aptitud no se triunfa, pero sin ella desde luego es difícil.

El FÍSICO posiblemente sea lo más mejorable a base de trabajo, pero no deja de ser una gran dificultad un mal físico para moverse en la gran competición. El físico desagradecido tiene el problema de la continuidad en el rendimiento; es difícil que un jugador con mala condición mantenga buen nivel a lo largo de toda una temporada, sobre todo tan cargada de compromisos como son las actuales; así como es muy difícil que un jugador lento se convierta en rápido o que se lesione menos con el paso de la competición.

Suponiendo que el entrenador tiene claro estos conceptos, cosa no demasiado difícil, la posibilidad de errar sobre el futuro de un jugador también será más difícil. Posiblemente la mayor dificultad en los entrenadores de base, por su falta de experiencia, reside en el «amor de entrenador»; esa pasión que tiene por el baloncesto, se transmite en el deseo de convertir lo mediocre en bueno. Todas, desde la postura del entrenador, nos hemos considerado capaces de mejorar a los jugadores que no hemos entrenado. Como curioso ejemplo no tenéis más que observar las rotaciones de bases que este año se han producido en la liga ACB. □

CLINIC INTERNACIONAL "NAVIDAD '95"

Con la colaboración de la Comunidad de  Madrid



Madrid, 21, 22 y 23 de diciembre de 1995



Tema monográfico:

"ATAQUE CONTRA DEFENSA INDIVIDUAL"

- ♦ Los **bloqueos** en el ataque contra defensa individual: Conceptos fundamentales.
- ♦ La importancia de los **espacios** en el ataque contra defensa individual.
- ♦ El juego del **poste alto** contra defensa individual.
- ♦ El juego del **poste bajo** contra defensa individual.
- ♦ **Decisiones** en ataque en función de la defensa.
- ♦ El ataque contra defensa individual teniendo en cuenta el **tiempo de posesión**.
- ♦ **Entrenamiento** del ataque contra defensa individual a través de ruedas.

CONFERENCIANTES



ZELJKO OBRADOVIC



LOLO SAINZ



ETTORE MESSINA



MONCHO MONSALVE



JOSE V. HERNANDEZ

INFORMACION e INSCRIPCIONES:

Asociación Española de Entrenadores de Baloncesto
Calle Jorge Juan, 82 - 5º1ª • 28009 Madrid
☎ (91)575 35 65-(91)575 21 81/Fax (91)577 50 73

Patrocinan:



PEDRO MARTINEZ

CONCEPTOS DE ENTRENAMIENTO... AL SERVICIO DE UNA FILOSOFÍA DEL JUEGO

Por **GERARD BOSC** (Director Técnico Federación Francesa de Baloncesto)

Históricamente la evolución del juego nos ha acostumbrado a una alternativa entre un baloncesto llamado de «inspiración» y otro más organizado.

En un principio, la inspiración era muy involuntaria, debido a la incompetencia de los jugadores en las habilidades técnicas. Actualmente, es más bien una elección que se apoya sobre una alta maestría técnica táctica.

Hoy (si nos referimos a los Juegos Olímpicos de Barcelona '92) podemos distinguir al más alto nivel, y muy especialmente en ataque, dos clases de baloncesto:

✓ un juego, muy parecido al basket profesional americano, al que se aproximan los yugo-bálticos, y que asimilamos por comodidad a un «juego libre» pero que en realidad es un juego «por lectura».

✓ un juego, pariente del basket universitario americano, practicado por la mayoría de los otros equipos, excepto Brasil y muy particularmente los europeos, que podemos llamar «clásico».

El juego clásico es un juego muy estructurado, que busca una ejecución académica de «fundamentos» dentro de estrategias convencionales. Es un baloncesto con pocos riesgos (pero también con pocos fracasos). Pone en valor principalmente el juego interior y la circulación del balón (passing game) para sacar tiros bien seleccionados de los jugadores estrella.

Este juego de gran seguridad, donde el entrenador es la representación misma del saber, se construye

alrededor de esquemas (sistemas) de juego que los jugadores deben restituir después de un trabajo de conjunto muy importante. Muy sensible a las modas (ayer las «continuidades», hoy la «flex»), puede aún ser eficaz, pero frente a las defensas que se cierran, aparece limitado por falta de alternativas reales.

Por otra parte, cuanto más evoluciona el juego más presenciamos el aumento de dispositivos ofensivos que se esfuerzan en responder a la multiplicación de los problemas defensivos. Esta lógica inflacionista (donde un sistema responde a otro sistema) contradice la manifiesta voluntad de simplicidad.

Por otra parte, y a otro nivel, induce una pedagogía perfeccionista que busca la obtención de un jugador perfecto en todos los compartimientos del juego. Esta quimera siempre trae la insatisfacción del educador.

Una vez dicho esto, hay que insistir sobre el hecho de que los «inconvenientes» de esta concepción no son inmediatamente visibles, y en principio, dentro de los acondicionamientos de la época, permite una mejora del nivel de juego.

En el juego «por lectura», los dispositivos del juego son idénticos (en general stack bajo y/o 1-4) pero no obligan a desplazamientos continuos con pases obligados. Claro que siempre encontramos las mismas combinaciones tácticas (pick and roll, cortes, etc. ...) pero el juego se asemeja más al 3c3.

En estas condiciones la lectura de los sistemas por el adversario en

cuanto más delicada que las tomas de tiro se efectúan después de solamente unos pases (dos o tres). Esta precipitación es aquí muy aceptable porque resulta de encadenamientos, penetraciones, fijaciones o tiro que crean un peligro inmediato para la defensa.

En este baloncesto más bien imaginativo, pero al que no falta rigor en la ejecución, quien lleva el balón (en busca constante del duelo) siempre encuentra una solución gracias a unos compañeros que alternan movilidad (mediante largas carreras) para desmarcarse, y fijaciones para conservar su posición preferente si la consiguen.

Aquí no se trata de preocuparse de los errores (tiros incorrectos, demasiados botes de balón, ...) compensados por recuperaciones «imposibles»; la mayoría de los compañeros son peligrosos y poseen una maestría técnica suficiente que les autoriza, de todas formas, algunos errores.

Este baloncesto, basado en la velocidad de las acciones llevadas «al límite», no se puede realizar más que simplificando; no solamente tomando el riesgo de ser inmediatamente peligrosos, como ya se ha dicho, pero también creando (tanto en ataque como en defensa) situaciones cada vez más aleatorias, es decir, aumentando la incertidumbre. Son pues los equipos que anticipan (juegan en futuro) es decir, los que leen el juego de los compañeros y de los adversarios, los que gobiernan el baloncesto porque van a lo esencial.



Falta sólo saber si este juego sin estructuras que nada por supuesto tiene que ver con dejar hacer, debe suceder al juego clásico o si es posible acceder a ello directamente.

Avatares en la evolución del entrenamiento

♦ La técnica en cuestión.

Esta pregunta no es exclusiva del baloncesto; atañe a todos los deportes colectivos de enfrentamiento donde algunos entrenadores empiezan a considerar que la mejor manera de ser eficaz con su equipo es pedir a los jugadores que hagan de la mejor manera posible tareas parciales adecuadas a sus capacidades. Este pragmatismo sobre el terreno contradice la búsqueda y la formación mítica del jugador que lo hace todo bien.

Basado en observaciones empíricas sobre la eficacia de los mejores atletas bajo fuertes presiones, encontraremos dentro de este capítulo algunas reflexiones —no sin ciertos interrogantes y condicionamientos— acerca del lugar y la importancia de lo que acostumbramos a llamar técnica o (fundamentos individuales) dentro del proceso de formación.

♦ Como cuestión previa.

Estamos en nuestro derecho al pensar que existe una cultura matriz común entre los jugadores de deportes colectivos, y que las cualidades que sostienen el desarrollo de esta cultura aparecen hacia la edad de 7/8 años sin que se pueda saber en que especialidad se adaptará mejor.

Si las habilidades motrices son sus-

ceptibles de clasificación, parece ser que el deportista de juegos colectivos estaría mejor dotado en habilidades «abiertas» que en habilidades «cerradas» de las que dispondrían en mayor medida los gimnastas o los lanzadores de peso.

Sin embargo, uno no puede ser clasificado como deportista colectivo sin ser capaz de realizar concretamente los gestos adecuados.

El célebre sentido del juego «habilidad abierta» es pues tributario de un factor de ejecución «habilidad cerrada».

♦ El acercamiento tradicional.

Consecuentemente en función de la multiplicidad de situaciones ofrecidas por el juego, es necesario aumentar la cantidad de «virtuosidades» individuales para que el jugador esté colocado en situación de contestar en toda circunstancia ante cualquier requerimiento. Se trata de automatizar un máximo de variaciones técnicas con el fin de dejar un mayor lugar a la disponibilidad, que permitiría escoger con toda lucidez la adecuada contestación programada e interiorizada.

Llegar pues al más alto nivel pasa por una formación completa para todos.

♦ Un nuevo punto de vista.

¿Y si este análisis no fuera del todo correcto? La parte técnica automatizada útil estaría limitada (a veces en un movimiento especial). Por el contrario, la parte de la plasticidad sería más grande; se manifestaría en una habilidad en percibir el momento propicio (sentido de la observación... y de «voyeurisme» dirían algunos) en recomponer el entorno para reducirlo de alguna forma a sus necesidades.

En resumidas cuentas, el buen jugador no cambiaría de forma de actuar, no adaptaría su respuesta, sino que esperaría, buscaría (reservándose) el buen momento para realizar lo que sabe hacer. Dentro de situaciones de intenso enfrentamiento (donde frecuentemente tomará la iniciativa) no recurrirá a conoci-

mientos técnicos estudiados clásicamente, sino a «conocimientos profundos» adquiridos de alguna manera en «flagrante delito de educación».

Podemos pensar que se llegaría más rápidamente a la pericia insistiendo, en mayor medida, en afinar sobre la plasticidad en el medio (habilidades abiertas - pensamiento táctico) que sobre el aumento de bagaje técnico.

♦ A propósito de lo «especial».

A la pregunta para saber si poseían un movimiento (una finta u otro ...) que utilizaban preferentemente porque «siempre funciona», atletas de gran reputación han contestado que poseían uno y que lo utilizaban en algunos lugares del campo y en circunstancias particulares (así el tirador necesitaría ese «rito motor» para triunfar).

Esa «especialidad» se habría construido a base de práctica libre en un momento de disponibilidad motriz elevada del individuo (7/10 años); apoyada ampliamente sobre la lateralización (lado, espacio, mano, ojo, pie de apoyo) progresaba a base de pasar tiempo sobre el terreno en situaciones y frente a adversarios diversos, luego cada vez más seleccionados; se inscribiría, dentro de la motricidad bajo forma «de imágenes operativas» (Ochanine-Morosova) porque procura el renovado placer del éxito. Su límite se encontraría en el fracaso repetido, y determinaría a la larga el nivel de práctica eficaz del individuo; el peor jugador sería el que no tiene ese «especial» o que su «especial» ya no funciona (evolución del juego) o no funciona en el nivel donde lo utiliza.

Este gesto que tiene toda la apariencia de un estereotipo (automatismo del gesto montado para siempre) progresaría sin embargo con variación en los detalles («montado por completo» ciertamente, pero «vuelto a montar en cada ejecución» como escribe Deleplace). Es este movimiento el que daría al atleta su eficacia y eventualmente su estilo.

♦ Una aproximación diferente.

No van destinadas estas reflexiones a negar la importancia de la técnica, sino a recordar que no es más que una herramienta a disposición del pensamiento táctico; lo que se pretende es incitar los entrenadores hacia una mayor moderación sobre la importancia de los aprendizajes técnicos polivalente, busca también afirmar que el atleta «dotado» para los deportes colectivos con enfrentamiento es con mucha frecuencia «incompleto» y que consigue lo que se propone utilizando de forma prioritaria sus «conocimientos salvajes» puesto que tiene contrastada su eficacia.

La tarea del educador consistirá en hacerle descubrir la importancia al jugador del entrenamiento de adaptación donde aprenderá la disciplina de la vida de grupo y los principios fundamentales del juego; por otra parte, podrá explorar la independencia de sus segmentos corporales y todos los ejercicios destinados a facilitar la disponibilidad corporal; por ende, permitirá la adquisición de «conocimientos» utilizables cuando la presión es menos fuerte o cuando el adversario es fácilmente dominado; protegido de sus errores, el jugador podrá evaluar la calidad de su «especialidad» y desarrollará la oportunidad de su aplicación.

E incluso si la noción de lo «especial» no es susceptible de ser generalizada y merece ser dilucidada, se mantiene el hecho de que esta mirada diferente puesta sobre la técnica debe conducir los educadores a localizar y luego a desarrollar las habilidades de los individuos antes de quererles enseñar «buenos gestos» o de corregir sus defectos.

♦ La importancia desproporcionada concedida a los sistemas colectivos.

Debido a que la mejor expresión de un equipo aparece en su juego colectivo, los entrenadores disgustados por el juego desordenado de sus alumnos pretenden remediarlo organizándolo mejor mediante la

utilización de «sistemas» metódicos.

Este razonamiento no está justificado más que en parte, y la solución adoptada mal apropiada, puesto que, antes de ser colectivo, el desorden es táctico (sobre todo «espacio-temporal») incapacidad de situarse sobre el terreno, y en relación con el otro, eventualmente psicomotor (mala lateralización ...) o psicológico.

La respuesta: «sistemas», que se puede pues calificar de superficiales es sin embargo la más buscada puesto que se le concede a la vez la virtud educativa (el colectivo canaliza al individuo) estratégica (se le supone enmascara las carencias individuales) y estética (el colectivo produce un juego muy relamido). Además, no se puede desdeñar el poder que concede a quien la enseña.

Finalmente, la eficacia que se atribuye a los «sistemas» dentro de los resultados del basket universitario americano (cuya imagen se valora mucho) no es ajena a los efectos sobre la imaginación de los educadores.

Una concepción de entrenamiento

Si no queremos formar nuestros jugadores sobre modelos anticuados, hay por parte de los entrenadores una especie de deber de anticipación pedagógica. Inspirándose en la esencia de lo que se practica como más eficaz al más alto nivel, es posible renovar el concepto de los entrenamientos juntando y mezclando la enseñanza de principios fundamentales al desarrollo de habilidades. Sería posible entonces ganar tiempo en la asimilación de los conocimientos técnico-tácticos y así iniciar antes el juego por lectura.

♦ Los principios fundamentales.

Estos principios constituyen la base del «referencial común» de los jugadores, están enlazados unos con otros; los encontramos a cada nivel de juego y con más o menos agudeza según el nivel de pericia. Estos principios inducen a la vez «capaci-



CAMPAÑA *de* CAPTACIÓN *de* SOCIOS

Nuestra Asociación de Entrenadores es la
más importante del Basket FIBA

¡QUIERES QUE SEA AUN MAS IMPORTANTE!

Contribuye a engrandecer la Asociación de Entrenadores: **HAZ SOCIOS**, para que podamos realizar más cosas que ayuden a todos los entrenadores.

Para más detalles en esta campaña de captación de socios, dirígete a la Asociación Española de Entrenadores de Baloncesto o a las respectivas Asociaciones Autonómicas.

Por cada nuevo socio te regalaremos una prenda CONVERSE.



CONVERSE



dades» y pensamiento táctico, atañen tanto el ataque como la defensa.

No existe un orden de prioridad de conocimientos o de enseñanza de estos principios... pero algunos son más fáciles de entender (y sobre todo de poner en práctica) que otros.

◆ Ocupación racional del campo.

Saber situarse los unos en relación a los otros; conocer los lugares clave del terreno, su grado de importancia y saberse colocar y jugar.

Ejemplo: en este sentido, el aprendizaje de la defensa en zona no se llevará a cabo reproduciendo desplazamientos preestablecidos, sino coordinando la acción de los jugadores con relación a los espacios por cubrir.

◆ Juego directo y juego indirecto.

El juego directo es aquel que se orienta hacia la meta dentro de un pasillo de 2 m. aproximadamente (juego de penetración botando balón y/o con pases); el juego indirecto es aquel que se desarrolla en la periferia de la canasta.

◆ Proximidad-alejamiento.

Como amenazar su adversario (distancia en defensa, «agresividad ofensiva» ...) y como ser útil al grupo (tanto en ataque como en defensa ...). Por ejemplo: para el que no lleva balón, (no experto) supone saberse alejar de quien lo tiene. Para el experto, es saberse acercar al balón para provocar una densidad ventajosa (bloqueo).

◆ Fijación.

Noción esencial en todos los deportes de enfrentamiento, la fijación es la eliminación momentánea del adversario; es pues la búsqueda (deberíamos decir la provocación) del duelo, con o sin balón, seamos atacante o defensor.

Ejemplo: para el no experto, es después de ir hacia canasta (en vez de continuarse sobre su trayecto izquierda-derecha-izquierda) saber parar, amagar antes de entregar o tirar; para el equipo experto: «inmovilizar» el conjunto adversario buscando la

percepción de fallos en el bloque defensivo.

◆ Transición

El baloncesto entero es un juego de transición; se trata de saber pasar con rapidez de una situación a otra.

Jugar lo justo, controlarse, sentir el ritmo del partido. Son tantas las manifestaciones que adornan la noción de transición que hacen de ella la más larga en adquirir. Ejemplo: el no experto deberá aprender a moverse cuando no posea el balón y fijar su jugador cuando lo tenga; el experto sabrá responder mediante una acción positiva a la acción positiva de su adversario.

La organización del entrenamiento.

◆ Los grandes ejes.

a) reconstitución en el entrenamiento de las deficiencias señaladas durante el partido, prioritariamente en relación a los principios fundamentales (utilización de modelos).

b) intensidad de trabajo.

c) utilización de la representación mental.

◆ La forma de trabajo.

Asegurar cambios frecuentes entre el juego global y los grupos de entrenamiento.

■ el juego global permite «testar» las combinaciones tácticas sobre dispositivos diferentes: colocar en situación real el trabajo realizado en los talleres.

■ el trabajo en grupos —que sólo es productivo a partir de un buen nivel de disciplina— permite aumentar la cantidad de práctica, reagrupar y responsabilizar a los jugadores por niveles por puestos, por grupos de interés ... Generalmente existen 3 niveles.

a) Un grupo de «fundamentos colectivos» (donde se ejercita la lectura de los espacios de juego que se abren o cierran), a través de las «gamas» del 1c1, al 4c4 asociando el ataque y la defensa.

b) Un grupo de tiro y un grupo de habilidad en el cual el dribbling (en busca de la ambidiestra) y la repeti-

ción de gestos son prioritarios.

Observación: a pesar de que damos por hecho que el pensamiento táctico es esencial en el deporte colectivo, pensamos que en lo que concierne al baloncesto, requisitos previos técnicos son obligatorios debido a las reglas de nuestro deporte que no permiten el transporte del balón hacia la meta.

Driblar, muy especialmente, exige un mínimo de práctica para desarrollar la destreza suficiente que permita levantar la mirada del balón.

Al estar el baloncesto suficientemente mediatizado para dar modelos de imagen adecuados, esta iniciación puede realizarse de forma «salvaje» de igual forma que el tiro.

◆ La pedagogía

Esta nueva relación hacia conocimientos exige por parte del entrenador lo que B. Grosgeorge llama «una vigilancia practicante acrecentada» que presume cualidades adaptativas y un sentido elevado de organización. Deberá de ser capaz de:

✓ precisar objetivos: cuanto más numerosos más deben ser jerarquizados y tratados en su momento.

✓ perfeccionar las cualidades y borrar o mejorar, olvidar los defectos con el fin de utilizar a los jugadores dentro de su registro de eficacia.

✓ exigir rigor en las actitudes, el respeto a las consignas y el control de las simulaciones defensivas.

✓ preparar el terreno de juego para reproducir los espacios de evolución de los jugadores durante el partido.

✓ practicar la alternancia (porque hay mucho que ganar utilizando métodos contrastados) entre:

✓ Entrenamiento y competición... dentro de un mismo ejercicio, dentro de una misma sesión, dentro de una misma jornada (si uno se entrena varias veces al día).

✓ Juego libre/juego dirigido.

Porque el aprendizaje y el perfeccionamiento mediante ensayos y errores es tan necesario como el que se efectúa de forma guiada.

✓ Desarrollar la noción de auto-entrenamiento y de ahí la importancia de volver a la utilización, por los clubs, de terrenos al aire libre.

A fin de cuentas, el entrenador deberá, sin perder su autenticidad, interpretar cada vez mejor los diferentes papeles (vendedor, oficial de comando, pedagogo y animador) que exige su profesión.

Conclusión

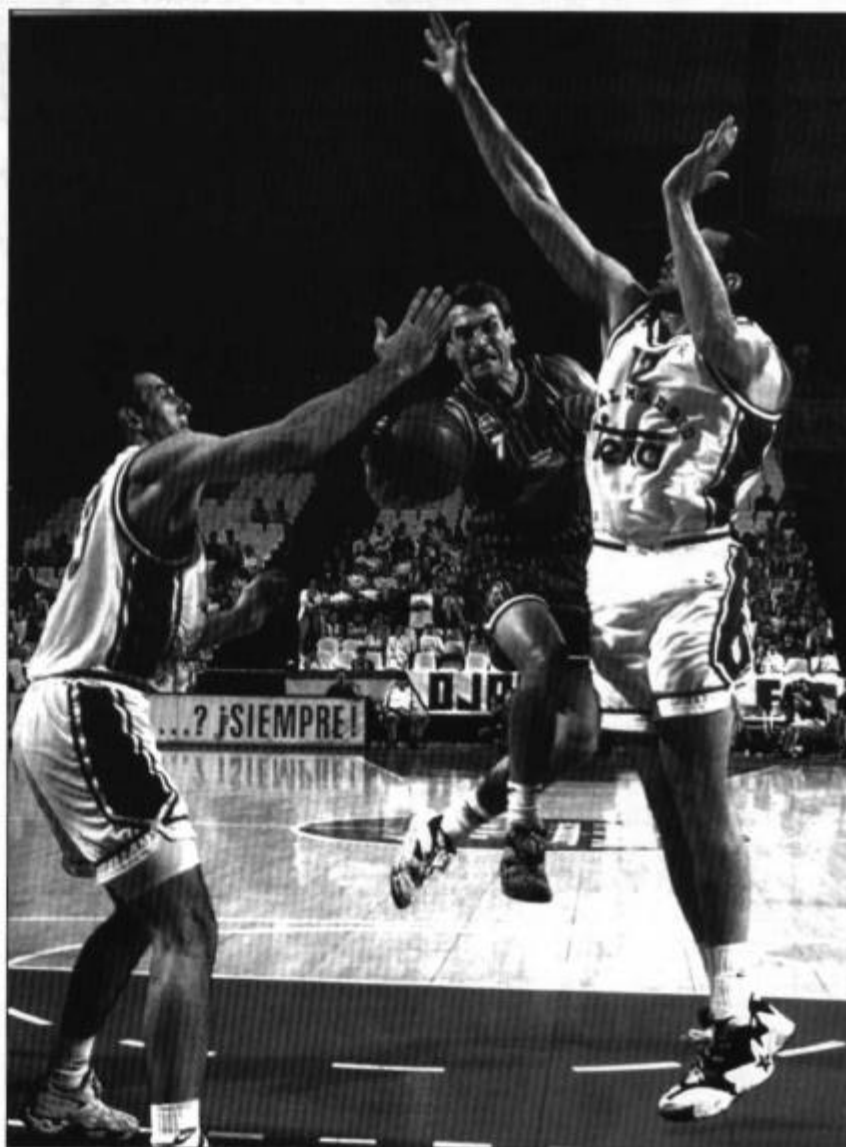
Los americanos en Barcelona (J.O. '92) y en Toronto (Mundial '95) demostraron, como antes lo hicieran otras selecciones menos prestigiosas y preparadas, que no había que atribuir a sistemas largamente preparados al unísono lo que en realidad corresponde a la explotación de la superioridad, seguro físico, pero sobre todo táctico-técnica de los jugadores.

Así, aparece que la expresión del equipo tan buscada es solamente la comprensión por todos de las acciones individuales; estas son cada vez más sofisticadas (pero no forzosamente muy variadas) mientras que lo colectivo se simplifica. Así, pasaríamos de un «basket de coaches» a un «basket de jugadores». Los buenos equipos se verían entonces constituidos por individuos poseedores de «conocimientos» útiles, limitados, pero obstinados en la utilización de sus habilidades específicas y decididos, bajo el impulso del entrenador, en aplicar un esquema director amplio (referencial común). Además, serían oportunistas y resistentes al stress, y podemos pensar que su vida en grupo (únicamente orientada al éxito) sería bastante conflictiva.

Queda por saber si un concepto de entrenamiento suficientemente innovador y pragmático puede ayudar a la apropiación más rápida del nuevo baloncesto que ya se dibuja.

De nuestra parte creemos que...

✓ ...a partir de conocimientos de principios fundamentales (mezclando indisolublemente «conocimientos»



y pensamiento táctico) que deben aclarar las reflexiones de los educadores.

✓ ...gracias a un acercamiento más abierto (dejar su sitio a la creatividad) y menos puntilloso (dejar de lado las estrategias) en la forma de enseñar el juego.

✓ ...utilizando formas de trabajo en contacto directo con los problemas encontrados por los jugadores durante el partido.

✓ ...aplicando una pedagogía rigurosa (en el sentido de precisión e intensidad) con una mirada positiva sobre individuos a los que no se intentará convertir en jugadores perfectos.

... Es posible, dentro del conjunto

de la evolución actual del juego y de nuestra situación dentro de este marco, colocar a los jugadores a la hora del baloncesto del año 2000. Esta opción deseada no se encuentra en sus inicios, puesto que ya encuentra la adhesión de un número creciente de educadores.

Sin embargo, podemos temer que se difunda demasiado lentamente chocándose a la resistencia de entrenadores alimentados por la sabiduría del mundo de los clubs y muy influenciados por las apariencias de más allá del Atlántico.

Así, deberemos esperarnos a que este proceso alternativo, aquí propuesto, no encuentre inmediatamente una adhesión más general. □

PSICOLOGIA: COMENTARIOS SOBRE EL «CASO» DE DAVID SALA

Por **JOSE MARIA BUCETA** (Doctor en Psicología y Entrenador Superior)

No conozco a David Sala personalmente, pero es evidente que ha pasado o está pasando por una situación muy difícil que muchas personas no comprenden. Quizá algunos piensen que estas cosas de la mente «son tonterías», que «ya se le pasará en cuanto descanse unos días», que «es cuestión de fuerza de voluntad», que «sólo le pasa a las personas débiles» o incluso que este jugador «es un mal profesional que deja colgado a su equipo sin una razón que lo justifique», pero en realidad ninguno de estos «razonamientos» tiene nada que ver con el problema de David, quién supongo que a pesar del afortunado apoyo de su familia y amigos más allegados, se sentirá impotente tanto para explicar, y que los demás comprendan lo que le sucede y siente, como para encontrar el camino que le permita superar el estado en el que se encuentra y volver a la alta competición con verdaderas posibilidades de desarrollar su indiscutible talento como jugador.

Por la información que tengo, la situación de David Sala es atípica en cuanto a su desenlace, ya no es frecuente que los deportistas profesionales reconozcan abiertamente la existencia de un problema emocional, y que además sean sancionados por ello; sin embargo, no lo es tanto en su esencia, pues en realidad, son muchos los deportistas de élite que al igual que otros profesionales con la exigencia permanente de rendir al máximo, sufren situaciones similares, aunque la mayoría de las veces no se reconozcan o, más

frecuente aún, no se manifiesten como en este caso; y, por tanto, no sean objeto de incompreensión y sanción.

A menudo, las crisis y alteraciones emocionales de los deportistas se manifiestan en forma de lesiones, estados de fatiga, déficits de motivación general y bajo rendimiento «difíciles de comprender», para los que, erróneamente, se buscan explicaciones y soluciones en el ámbito de la medicina, la preparación física, el entrenamiento deportivo e incluso la «mala suerte» y el «ya se pasará esta mala racha». Ignorándose el verdadero problema subyacente: síndromes enmascarados de estrés, ansiedad o depresión (es decir, trastornos emocionales graves) que al no ser abordados convenientemente permanecen o reaparecen una y otra vez, perjudicando de forma asidua el buen funcionamiento de los que los padecen. Otros deportistas, consciente o inconscientemente, se defienden del estrés, y palián en parte sus consecuencias adversas, no afrontando sus responsabilidades deportivas con el compromiso que éstas requieren, como es el caso de los jugadores que aparentemente «pasan» en muchos partidos a lo largo de la temporada.

A diferencia de David Sala, en todos estos casos los deportistas tienen una «buena razón» para ausentarse de sus obligaciones (por ejemplo una lesión) o están allí «en cuerpo presente», cumpliendo con su horario de trabajadores aunque su rendimiento sea deficiente, y a ningún directivo se le ocurre abrirles un expediente disciplinario o sancionarles

por abandono del puesto de trabajo. En el baloncesto, muchos de estos jugadores son incluso renovados por buenas actuaciones aisladas (normalmente en partidos o momentos poco trascendentes), ignorándose su vulnerabilidad emocional y la necesidad de ayudarles a superarla; por desgracia, en general todos ellos son «abandonados a su suerte» tarde o temprano, y la mayoría nunca llega a rendir acorde con sus verdaderas posibilidades, perdiéndose carreras deportivas con un potencial enorme que se quedan en mediocres o terminan antes de tiempo. Nadie habla en estos casos de estrés, ansiedad o depresión, pero en muchos de ellos se trata de deportistas que no han sabido controlar adecuadamente el componente estresante de su profesión; entre otras cosas, porque nadie les ha ayudado en esta dirección.

En el caso de David Sala, a tenor de la información de que dispongo, el hecho de que no acudiera a la concentración del equipo, a jugar un partido o a cualquier otra actividad del club, no debería entenderse, en principio, como una decisión que él haya podido tomar libremente de acuerdo con sus facultades en ese momento, pues son síntomas predominantes de su problema la falta de energía para enfrentarse a las situaciones estresantes y una fuerte tendencia a evitar estas situaciones, y aunque para los profanos quizá sea difícil entenderlo, no se trata, por tanto, de que **no quisiera**, sino de que, como consecuencia del estado en el que se encontraba, **no po-**

día. La cuestión es que habría que haber detectado y controlado el problema antes de que se llegara a esta situación (algo que no ha ocurrido al no disponer el club del especialista apropiado para ello), pero no habiéndolo hecho se deben comprender las características restrictivas del trastorno sufrido por el jugador y valorar su comportamiento en función de las limitaciones que estaban presentes cuando no cumplió con sus obligaciones laborales. Ignorar la existencia del problema emocional de David al evaluar lo sucedido, cuando lo sucedido forma parte del problema, es objetivamente incorrecto.

David Sala parece un jugador profesional bastante responsable y por ello muy propenso a percibir con mayor intensidad que otros las situaciones potencialmente estresantes de la profesión; cambia de club, firma un buen contrato y debe reemplazar a Pablo Laso, un jugador que ha dejado una huella muy difícil de borrar; su enorme deseo de responder a las expectativas que han puesto en él los demás y él mismo, le lleva, probablemente, a «obsesionarse» en exceso con esta responsabilidad, dándole una y mil vueltas a cuestiones como «cuáles son los mejores pases para mis compañeros», «qué tengo que hacer para ganarles su confianza», «cómo puedo jugar mejor», etc. Además, parece que ha sido objeto de inevitables comparaciones entre su juego y el de su antecesor, e incluso dentro del equipo, en círculos próximos o en los medios de comunicación, puede que se haya cuestionado su idoneidad para el puesto (o que así lo haya interpretado David), percibiendo el jugador una necesidad urgente de demostrar a todo el mundo (y demostrarse a sí mismo) que sí es capaz de cumplir con el cometido para el que se supone que le han fichado.

Si sobre esta base de alto grado de profesionalidad, compromiso con su responsabilidad deportiva y desmesurado deseo de hacerlo bien,



su rendimiento en el comienzo de la temporada no ha sido tan bueno como al jugador le hubiera gustado, es bastante comprensible que haya tenido una reacción emocional tan intensa, y no por ello se le debe considerar una persona débil o que «ya no tiene remedio», sino una persona normal que, como otros profesionales responsables, puede ser vulnerable al estrés de su profesión y carece de recursos suficientes para controlarlo. Argumentar que está muy bien retribuido y que por tanto tiene que ser «invulnerable», es tan absurdo como decir que por la misma razón tiene que encestar todos los tiros a canasta, no perder ningún balón, dejar siempre a su atacante en cero puntos o no lesionarse nunca. Es cierto que el deportista profesional tiene un sueldo elevado que entre otras cosas debe compensarle el estilo de vida estresante al que se ve sometido, pero no por ello deja de ser una persona expuesta a las limitaciones del organismo humano, y lo que debe hacerse es proporcionarle los medios para que pueda controlar el estrés de la profesión, al igual que se le ofrecen para aumen-

tar sus porcentajes de tiro, reducir las pérdidas de balón, mejorar su condición física, recuperarse de las lesiones, etc.

No todos los deportistas necesitan una ayuda psicológica específica para controlar problemas como el estrés o mejorar su rendimiento, como tampoco todos necesitan el mismo tipo de ayuda farmacológica, entrenamiento físico o entrenamiento técnico. Sin embargo, muchos podrían superar y evitar problemas como el de David Sala, y además ampliar sus posibilidades de rendimiento, si tuvieran la preparación adecuada para ello.

Nadie esperaría, por ejemplo, que un jugador consiguiera regularmente un porcentaje elevado de acierto en el tiro a canasta si nunca se hubiera entrenado para este objetivo específico. Con un entrenamiento general, en el que también hubiera tiros a canasta de vez en cuando, podría mejorar su porcentaje a través de los años de práctica y sólo hasta un límite, pero salvo en casos muy excepcionales difícilmente llegaría a ser un gran tirador. Del mismo modo, se puede mejorar, por ejem-

plo, la fuerza o la resistencia muscular mediante las cargas de trabajo que proporciona el propio entrenamiento de baloncesto, pero sólo dentro de un margen no demasiado amplio, y los jugadores que necesitan mejorar significativamente en esta parcela no tienen más remedio que trabajar de manera específica para ello.

En la parcela mental sucede algo parecido: se puede mejorar con la experiencia competitiva gracias a procesos que pueden estar implícitos en la propia práctica deportiva y en el funcionamiento personal del jugador, pero sólo hasta un límite que puede ser suficiente en muchos casos, pero claramente restrictivo en muchos otros; para numerosos deportistas (probablemente para la mayoría), la única forma de mejorar en una faceta tan importante, es someterse a un plan de trabajo psicológico específico, que no es incompatible, todo lo contrario, con las estrategias de influencia psicológica que pueden emplear los entrenadores (normas internas, decisiones, charlas, gestos, comentarios, etc.), pero que no puede sustituirse por éstas (como mucho paliarse en parte). Hoy en día, todos comprendemos la necesidad de la preparación física (no siempre fue así), y nadie considera mal a un jugador que debe hacer un plan especial para mejorar específicamente cualidades que le ayudarán a optimizar su juego; en la misma línea, debemos superar la ignorancia y los prejuicios infundados respecto a las cuestiones mentales, y comprender la necesidad del trabajo psicológico; nadie debería considerar mal a un jugador que se preocupa de mejorar su condición mental para incrementar su rendimiento deportivo y prevenir y superar las crisis emocionales que pueden acontecer en el deporte de competición.

En el baloncesto profesional, puesto que es razonable que clubs con presupuestos de muchos millones de pesetas se preocupen por

sus intereses, como postulan una y otra vez sus dirigentes, sólo puede atribuirse al desconocimiento de los responsables (incluyendo directivos, técnicos y equipo médico) y a la desconfianza que de éste se deriva, que en contra de la tendencia más actual en el campo del rendimiento humano, estas entidades carezcan de recursos para ayudar a sus deportistas-trabajadores en una parcela de tanta importancia como es su funcionamiento mental, cuando sólo la solución de un caso como el que nos ocupa (aunque evidentemente serían muchos más) justificaría el coste de unos servicios cuya responsabilidad está siendo comprobada, permanentemente, por numerosas instituciones en el ámbito laboral (incluyendo equipos deportivos profesionales en numerosos países). Esta carencia, explica que los deportistas que se dan cuenta de la gran importancia de mejorar en la parcela mental para controlar problemas que pueden interferir con su juego y mejorar así sus posibilidades de rendimiento, en numerosos casos, cada vez más, acudan por su cuenta, casi siempre en secreto, en busca de una ayuda profesional a la que institucionalmente no tienen acceso.

Muchos deportistas han mejorado su rendimiento y han controlado crisis difíciles con una ayuda psicológica específica, y éste puede ser el caso de David Sala, a quién sin duda le viene bien el apoyo y la comprensión de todos, que le dejen tranquilo sin añadirle más «presión» e incluso algún tipo de medicación para ayudarle a superar su estado anímico a corto plazo; sin embargo, estas medidas serán insuficientes para que supere de manera sólida y estable su problema, desarrollando la capacidad de controlar en el futuro la «presión» a la que estará sometido inevitablemente en su profesión como jugador. Pensar que «si el jugador se ha caído ahora ¿qué puede ocurrir cuando lleguen los playoffs?» (tal y como al parecer ha manifestado el presidente del Taugrés), dando a

entender que a tenor de lo ocurrido el jugador no sirve para los partidos de mayor trascendencia, es un grave error (tanto como pensar, por ejemplo, que «si el equipo ahora está cansado o juega mal como llegará a los playoffs», cuando sabemos que el cansancio físico y el nivel de juego pueden controlarse mediante el plan de entrenamiento); la posible vulnerabilidad emocional del jugador puede corregirse, y parecería más lógico que su club intentara ayudarle en la dirección apropiada.

Una intervención psicológica adecuada, no sólo debe ayudar a David a superar su situación actual, sino que debería hacerle más capaz de controlar el estrés de su profesión que antes de producirse estos hechos, pudiendo afrontar con éxito las demandas deportivas de su equipo en el futuro, incluyendo los partidos de mayor responsabilidad a lo largo de la temporada. Es un grave error, pensar que el cambio deseado puede producirse, únicamente, aliviando el estado de depresión y ansiedad del momento o recuperando el peso perdido y poniéndose más fuerte, o que se puede conseguir por «fuerza de voluntad» o simplemente porque sí o con el paso del tiempo; el trabajo específico apropiado, dirigido a las necesidades concretas de su caso particular, será esencial para que el jugador reduzca su vulnerabilidad emocional y se fortalezca mentalmente para enfrentarse con éxito a las exigencias de una prometedora carrera deportiva que en la actualidad se encuentra en una clara situación «de riesgo».

En definitiva, el caso de David Sala debe hacer reflexionar a clubs, entrenadores y jugadores, sobre la importancia de contar con la ayuda psicológica de un profesional al que dentro o fuera del club se pueda tener acceso. De esta forma, se podrá desarrollar mejor el potencial de los jugadores, preparándoles convenientemente para enfrentarse con eficacia a las demandas de su profesión. □

V I D E O S

CLINIC "FINAL FOUR '95" ZARAGOZA



Conferenciantes

HUBIE BROWN
ALFRED JULBE

ETTORE MESSINA
RANDY PFUND

Temas de:

Ataque contra individual (Brown); Jugadas de fondo y banda (Brown); Situaciones de ataque rápido (Julbe); Principios de ataque contra zona (Messina); Técnica y táctica de la defensa individual: principios y ejercicios (Messina); Contraataque secundario: transición (Pfund); Trabajo de los hombres altos en ataque: técnica y táctica (Pfund).

Precio: 4.000 Pts. + gastos de envío.



CLINIC ALICANTE ESTRELLA DEL DEPORTE

Conferenciantes

LENNY WILKINS
PEDRO MARTINEZ
MAURO DI VINCENZO

ZELJO PAVLICEVIC
EDUARD TORRES
MARIO PESQUERA

Temas de:

Ejercicios para el contraataque (Di Vincenzo); Ataque contra zonas (Martinez); Técnica individual (Pavlicevic); Defensas alternativas (Pesquera); Conceptos de defensa individual (Torres); Defensa 2c1 interior y exterior (Wilkins); Saques y juego en transición (Wilkins); Ataque contra individual con dos postes altos (Di Vincenzo); Juego de ataque por conceptos (Pavlicevic); Defensa match-up (Pesquera).

Precio: 4.000 Pts. + gastos de envío.

PEDIDOS CONTRA REEMBOLSO: ASOCIACION ESPAÑOLA DE ENTRENADORES DE BALONCESTO

Jorge Juan, 82 - 5ª 1ª - 28009 Madrid • ☎ (91) 575 21 81-575 35 65 • Fax (91) 577 50 73

NUEVO CRITERIO ARBITRAL, NO NUEVAS REGLAS

Por **JUAN CARLOS MITJANA** (Arbitro ACB e Internacional. Entrenador Superior)

En el pasado Stage de pretemporada para árbitros de la ACB, se dieron las instrucciones emanadas de la FIBA y secundadas por la ACB, para que los árbitros sancionen con mayor rigor algunas infracciones que habían sido consideradas normales de tanto repetirse.

Recordar el artículo Clínic nº 29 Abril '95 «EJECUTAR POR FAVOR; GRACIAS», donde hacía una reflexión de la situación y solicitaba un cambio ¡YAI.

Pues bien, con gran satisfacción personal, y creo que general, se ha llevado a este cambio. «No es que haya cambiado el reglamento si no que ahora quieren hacerlo cumplir. No es que los árbitros ahora piten muchos faltas sino que los jugadores cometen muchas infracciones. No se trata de cargarse el espectáculo sino de dar espectáculo. No perderá el público sino el jugador marrullero o el entrenador ventajista». (Manuel Moreno. Diario Sport).

Ante este cambio de criterio, los entrenadores que asistieron al stage de árbitros pudieron visionar el vídeo aclaratorio de este nuevo espíritu en la aplicación de las reglas, tomando notas para la ejecución de los mismos por sus jugadores. Pudieron darse cuenta que sería necesario un cierto tiempo para conseguir asimilar los nuevos hábitos necesarios para no cometer infracciones.

A modo de ejemplo, paso a continuación la circular que la FIBA ha mandado a todas las federaciones, para conocimiento de árbitros, entrenadores y demás técnicos.

Si ocurre una situación de las

citadas a continuación ► SE PITA FALTA.

1 DEFENSA

a) Se avanza con el balón de fondo a fondo.

1) Si un defensor coloca una mano en el jugador que bota el balón ► FALTA.

2) Si un defensor impide el avance de un jugador con el balón mediante una posición ilegal del cuerpo ► FALTA.

3) No ignore al atacante que causa un contacto. No penalice al defensor que no lo merece.

b) El atacante con balón está de espaldas al cesto y dentro de la zona de tiros libres ampliada (rectángulos 4, 5 y 6).

1) Un defensor puede, MOMENTANEAMENTE, colocar UNA mano en la espalda del contrario, a condición que el brazo esté DOBLADO, es decir, que no esté extendido.

Una mano con el brazo EXTENDIDO en la espalda del contrario ► FALTA.

Si el defensor coloca las dos manos en el oponente ► FALTA.

2) Si un defensor impide de manera ilegal el movimiento lateral o el avance del atacante con cualquiera de sus manos o el cuerpo ► FALTA— (Reglas de Juego Art. 47 Comentarios B y C).

3) Se puede producir un contacto legal con el cuerpo para mantener una posición defensiva, especialmente en el «poste-bajo» y en la zona restringida, pero si se desplaza al atacante de la posición legalmente establecida ► FALTA.

4) No ignore al atacante que cau-

sa un contacto. No penalice al defensor que no lo merece.

c) El atacante está ENCARADO hacia el cesto y dentro de la zona de tiros libres ampliada (rectángulos 4, 5 y 6).

Se aplicarán estrictamente las mismas directrices que en el apartado 1.a.1.

d) Defensa a un jugador SIN balón (Reglas de Juego Art. 47 comentarios E).

1) Si un defensor impide el movimiento (avance) de un oponente agarrándole, empujándole o bloqueándole ilegalmente mediante la extensión de brazo(s), pierna(s), cadera u hombro ► FALTA.

2) No ignore al atacante que causa un contacto. No penalice al defensor que no lo merece.

2 ATAQUE (con o sin balón)

1) Si un atacante empuja al contrario a un contrario, que ha ganado la posición legal de defensa, en un intento de acercarse al cesto ► FALTA.

2) Si un atacante «rebaña» o «envuelve» al contrario con su brazo o codo para zafarse de él y obtener una ventaja ► FALTA.

3) Si un atacante se quita de encima a un defensor para:

a) quedarse sólo para recibir el balón ► FALTA

B) evitar que el defensor pueda jugar el balón ► FALTA

c) ganar más espacio entre él y el defensor ► FALTA

4) No ignore al atacante que causa un contacto. No penalice al defensor que no lo merece.

3 PANTALLAS ILEGALES

1) Cuando se realiza una panta-

lla, si el jugador que la hace no está completamente ESTACIONADO cuando ocurre el contacto ➤ FALTA.

2) Cuando se realiza una pantalla, si el jugador que la hace usa ilegalmente sus manos, hombros, caderas o piernas para impedir el avance de un contrario ➤ FALTA.

3) Cuando se realiza una pantalla, el atacante puede protegerse a condición de que respete lo señalado en 3.1 y 3.2.

4) Cuando se realiza una pantalla a un jugador sin balón que está en movimiento, los elementos tiempo y distancia se respetarán escrupulosamente.

5) Los elementos tiempo y distancia. NO se aplicarán al defender al jugador que lleva el balón.

6) No ignore al atacante que causa un contacto. No penalice al defensor que no lo merece.

AVANCE ILLEGAL

Es imperativo que los árbitros identifiquen el pie de pivó tan pronto el jugador haya establecido con-



trol de balón o se haya parado:

Baje momentáneamente los ojos e identifique el pie de pivó, luego

vuelva a levantarlos hacia la zona de contacto.

La FIBA confía en que estas directrices sean suficientemente explícitas para lograr el adecuado nivel de uniformidad de criterio que pretendemos lograr en el arbitraje del baloncesto.

Pensar igualmente que la asimilación y la posterior ejecución de los nuevos criterios, que no reglas, será difícil para todos en un principio, pudiéndose en algunos casos pasar de un extremo al otro. Si es difícil para árbitros FIBA y ACB, y para entrenadores y jugadores de equipos que participan en competiciones FIBA y ACB, cuanto más difícil no será para los demás categorías donde estáis la mayoría de todos vosotros.

La conclusión es fácil, paciencia para que todos los estamentos podamos asimilar de estos nuevos criterios y los desajustes de un principio, normales en todo cambio, puedan llevarnos a un baloncesto mejor. □

COLABORA TÉCNICAMENTE CON "TU" ASOCIACION

La Junta Directiva de la AEEB ha decidido convocar un
CONCURSO DE COLABORACIONES TÉCNICAS
abierto a todos los socios. ¡Participa!

Solamente tienes que escribir un artículo técnico
de Baloncesto; los trabajos serán publicados
en la revista "CLINIC".

LOS MEJORES SERÁN PREMIADOS

«3-1+1»: CONSTRUCCION DE UNA DEFENSA MIXTA

Por **ANTONIO ALDEA** (Entrenador Superior)

Hemos llegado a la construcción de una defensa mixta partiendo de una defensa base: la zona «1-3-1», en la que aplicamos la siguiente filosofía:

a) Es una defensa activa, con mucho movimiento y siempre haciéndose grandes.

b) Fuerte defensa al hombre balón buscando éste con las manos. Se pretende, con esto, retrasar las inversiones de balón del lado fuerte al débil.

c) No se hacen 2c1 defensivos.

d) Se pretende que al definir un lado fuerte todos los jugadores defiendan en él. Se defiende el balón en una zona.

e) Si el balón rebasa al defensor penetrando hacia la canasta, siempre se encontrará con un defensor que proteja la espalda al primer defensor.

f) El último hombre siempre se sitúa debajo del aro con los hombros encarados al lado débil y la mirada en el balón.

g) Los ajustes se realizan tal como se explica en los diagramas 1, 2, 3 y 4.

h) En el diagrama 4, (5) se debe colocar por delante de un posible poste bajo.

i) La zona de responsabilidad de (2) y (3) ó (4), en el diagrama 2, se acuerda; en caso de duda, acudir los dos y luego retrasa la posición el más cercano al aro.

j) Lo mismo con la zona de responsabilidad de (3) ó (4) con (2) en el diagrama 3, acudirían los dos y luego el más cercano al aro —(3) ó (4)— retrasarían su posición.

h) La colocación, tras el rebote o robo de balón aún intentando defender en el lado fuerte, permite la rápida salida en contraataque.

A partir de esta defensa «1-3-1» se planteó la necesidad de crear una defensa mixta para situaciones puntuales y con la máxima concordancia con nuestra filosofía.

La llamamos «3-1+1» y significa una colocación en forma triangular donde el hombre más rápido se sitúa en la zona intermedia entre la línea de 6'25 y el círculo superior de la bombilla, dos defensores a la altura de la segunda marca lateral en la bombilla y por fuera de ella, y el

hombre más grande y mejor rebotador entre la línea de tiros libres y el aro a una distancia aproximada del radio del círculo de la bombilla.

Nuestro mejor defensor se sitúa cara a cara con el atacante que queremos intentar no reciba el balón, diagrama 5.

Los ajustes los podemos apreciar en los diagramas 5, 6, 7 y 8.

Para delimitar la zona de responsabilidad de (1) y (4) ó (3) en el diagrama 8, se fija una línea imaginaria que parte de la canasta a la primera marca superior de la bombilla. En caso de duda irán los dos para después retrasar su posición el

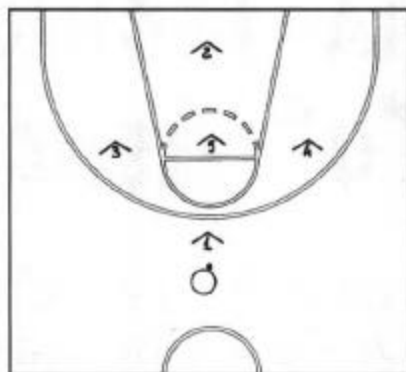


DIAGRAMA 1

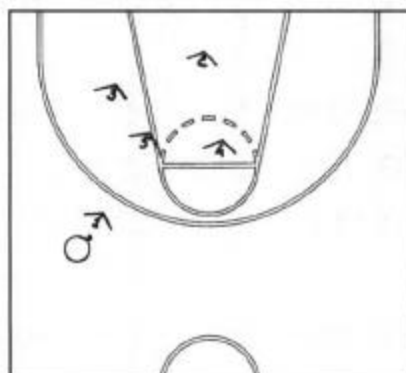


DIAGRAMA 2

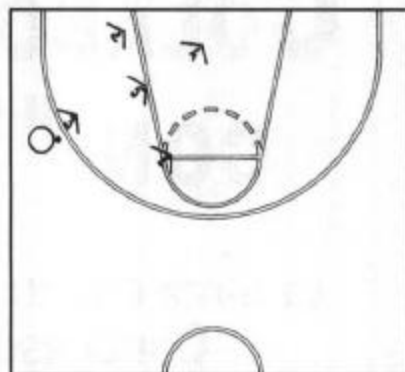


DIAGRAMA 3

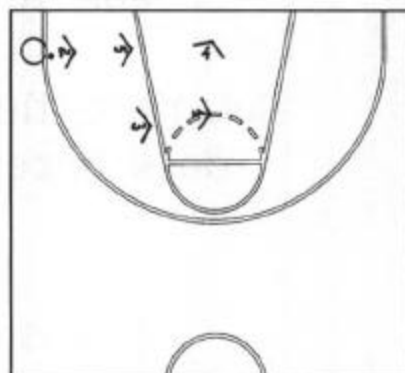


DIAGRAMA 4

más cercano al aro.

Con respecto a nuestra filosofía variaremos:

a) El último jugador en situaciones de balón en el lateral cercano a la línea de fondo no se sitúa debajo del aro, para evitar colocar tres hombres en línea y dejar desprotegidos posibles cortes desde el lado débil, y se abre un poco hacia el centro mirando con el cuerpo al lado débil y con la vista al balón, *diagrama 7*.

b) Con el balón en zonas alejadas de la línea de fondo nos situamos en «1-2-1» aunque siempre ajustando hacia el lado fuerte. No es simétrica, *diagrama 6*.

c) En caso de que reciba el balón nuestro hombre defendido cara a cara actuamos como si fuera una responsabilidad de la zona y podremos hacer 2c1 junto al hombre que hace mixta (no olvidar que es el mejor atacante). Si suelta el balón, el defensor se vuelve a olvidar el balón y lo vuelve a tomar cara a cara interponiéndose siempre entre el balón y el atacante.

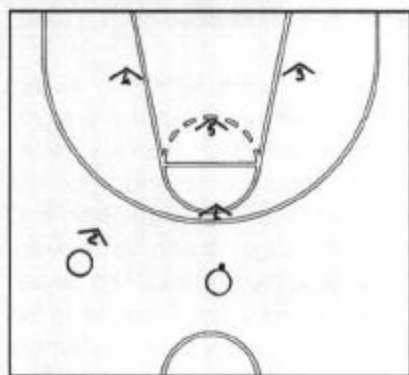


DIAGRAMA 5

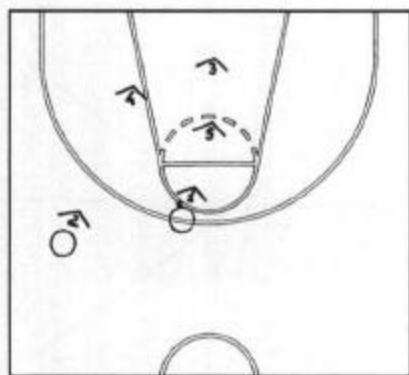


DIAGRAMA 6



Mantendremos nuestra filosofía:

a) Defensa activa, se ataca el balón fuertemente y nos hacemos grandes.

b) Siempre el hombre que defiende el balón tiene a alguien cubriéndole la espalda.

c) Permite salir rápidamente en contraataque por tres calles tras rebote o robo de balón.

Esta defensa utilizada como alternativa puntual, y si se tiene la

costumbre de defender en «1-3-1», creo que permite una rapidez de comprensión y un resultado satisfactorio. No la he visto aplicar más que a mi equipo, pero considero los ajustes racionales y por lo novedosa es difícil de atacar. No nos ajustemos a lo conocido y así progresamos con nuevas formas de entender el baloncesto. Sean mejores o peores, siempre significan un avance. □

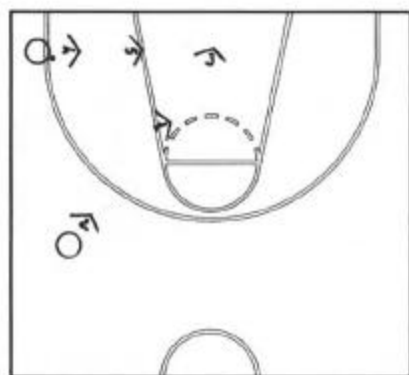


DIAGRAMA 7

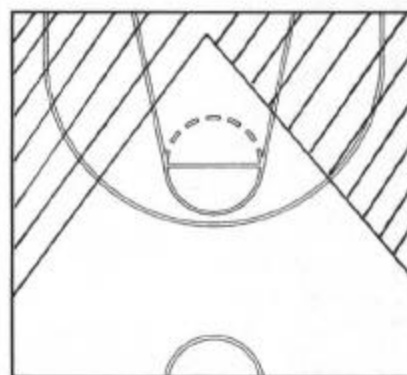


DIAGRAMA 8

EJERCICIOS DE TECNICA INDIVIDUAL

Por **MONCHO MONSALVE** (Entrenador Superior)

En el primer ejercicio, *diagrama 1*, trabajamos dribbling con cambios de dirección y lo efectuamos a todo campo. Los jugadores con un balón, colocados en dos filas en la línea de fondo. Tras la salida, que podemos realizar directa o cruzada, vamos botando hasta la silla donde se realiza un cambio de dirección con un marcado cambio de ritmo hasta llegar a la altura del área contraria donde se tira desde 4-5 metros: el mismo jugador coge su rebote y se incorpora a la otra fila.

El cambio de dirección se puede trabajar de cualquier forma: cambio de mano por delante, por detrás, entre las piernas..., pero siempre teniendo en cuenta que el jugador deberá estar flexionado para tener mucho equilibrio y poder cambiar de ritmo con rapidez.

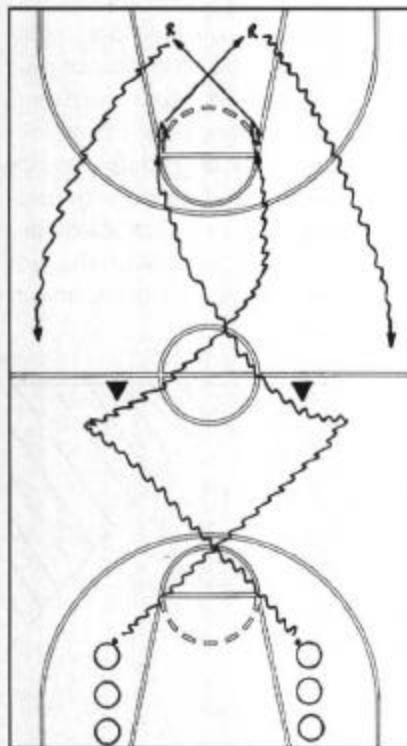


DIAGRAMA 1

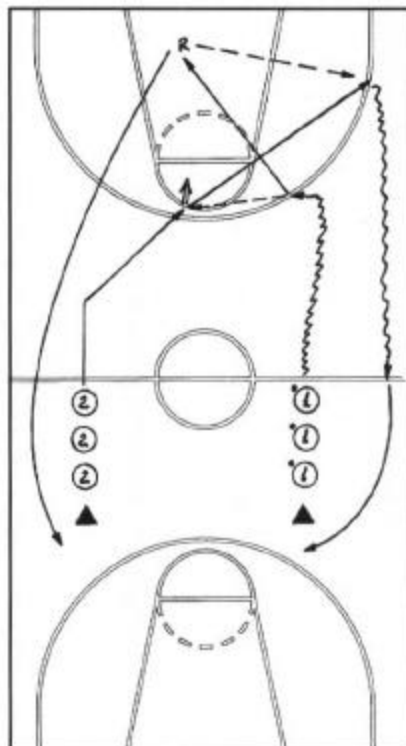


DIAGRAMA 2

En el segundo ejercicio, *diagrama 2*, entrenamos el tiro y la salida de contraataque. Trabajamos en medio campo colocando dos filas de jugadores, una con balón y la otra, sin. El jugador con balón avanza en dribbling hasta la línea de tres puntos, para y pasa con su mano exterior al jugador que simultáneamente ha bajado por el lado con-

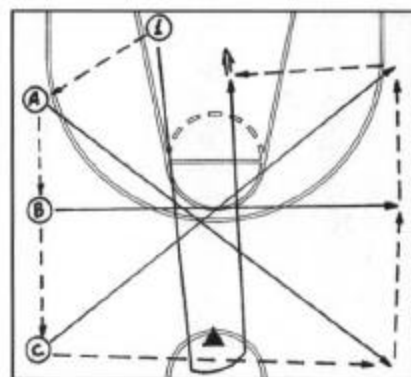


DIAGRAMA 3

trario. Tras recibir y tirar, el jugador (2) rápidamente se abre para recibir el balón de (1), que ha ido a rebotear, como primer pase de contraataque. Cada jugador va a la fila contraria pasando por detrás de las sillas. En este ejercicio es importante coordinar la acción de los dos jugadores; se realiza por los dos lados y podemos variar el tipo de tiro: de tres, de dos, con bote, etc.

En el tercer ejercicio, *diagrama 3*, entrenamos el pasar y moverse. Inicialmente comenzamos haciéndolo a medio campo situando los jugadores con balón bajo la canasta y los sin balón en las posiciones (A), (B) y (C). El jugador con balón (1), pasa a (A) y mientras corre en sprint y da la vuelta a la silla situada en medio campo, (A) pasa a (B) y éste hacia (C); después de pasar, cada jugador se mueve en diagonal o horizontal para ocupar la posición simétrica contraria en el otro lado del campo; así (A) se situará en (A1), (B) en (B1) y (C) en (C1) recibiendo seguidamente la continuación de los pases de forma que cuando el balón llega a

(A1), el jugador (1) puede recibir, tras correr por el centro, y anotar canasta.

La rotación de los jugadores se hace a la derecha. Debemos prestar la máxima atención a que cuando un jugador pasa el balón, se mueva rápidamente a la posición contraria y gire correctamente y muy flexionando casi como si se tuviese que sentar en una silla. La terminación del ejercicio la podemos variar según como queramos con tiro, pase, entrada, etc.

En el ejercicio siguiente, *diagrama 4*, efectuamos los mismos movimientos que en el ejercicio anterior pero en todo el campo manteniendo las posiciones. Ahora el jugador que va por el centro entra a canasta en los dos aros.

En el quinto ejercicio trabajamos un contraataque de 4c0. Para ello situamos a cuatro jugadores, *diagrama 5*, en la línea de fondo repartidos en base, dos aleros y pivot. El pivot (4), con el balón, realiza el primer pase al base (1) que realiza la diagonal. Los aleros (2) y (3) corren

por las dos calles exteriores. El base va por el centro en dribbling y al llegar a la línea de tres puntos se decanta a un lado para un pase y tiro, o entrada, del alero. El pivot coge el rebote o saca de fondo; en la vuelta se juega de la misma manera. Es importante el ritmo del ejercicio y que se respeten las posiciones. Lo realizamos en ida y vuelta por cada grupo de jugadores e incluso se puede cronometrar el tiempo de ejecución.

En el sexto ejercicio jugamos contraataque y transición. Trabajamos a todo campo con las posiciones iniciales idénticas al ejercicio cinco. En la ida se trabaja el contraataque y en la vuelta haremos movimientos de transición, *diagrama 6*.

(1) pasa al alero (2) y va a realizar un bloqueo indirecto a (3), mientras (4) corta al poste bajo. (3) sale del bloqueo y, tras recibir de (2), encara el aro rápidamente y tira. Es importante que la coordinación sea perfecta y (3) debe recibir encarando el aro y no antes ni después, mientras (4) va al rebote.

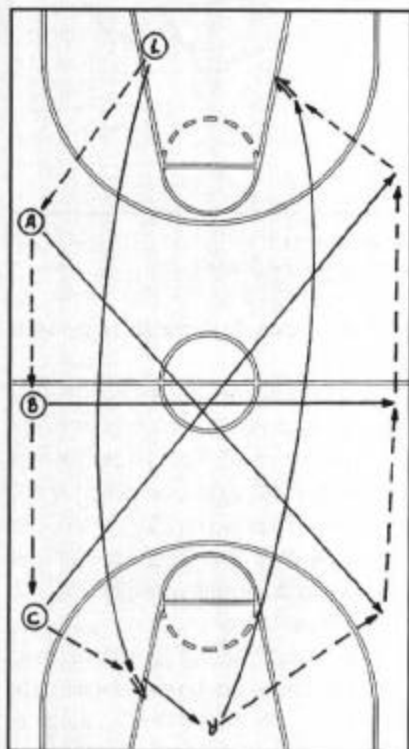


DIAGRAMA 4

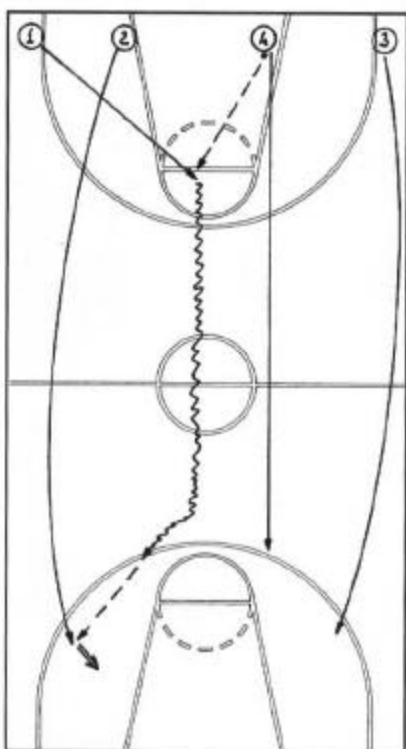


DIAGRAMA 5

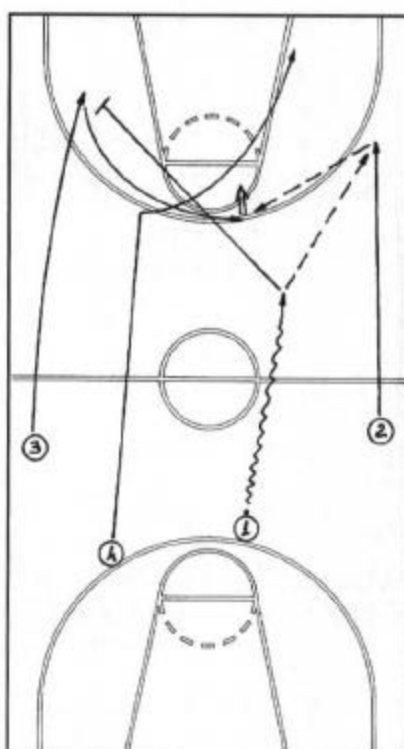


DIAGRAMA 6

El siguiente ejercicio se realiza a todo campo y es también de contraataque y transición, *diagrama 7*, con las mismas posiciones iniciales: base, dos aleros, pivó, que en los ejercicios anteriores.

En la ida haremos el contraataque como en el ejercicio cinco, y en la vuelta, (1) pasa al trailer (4), que invierte el balón hacia (2); (1), después de pasar, se ayuda del bloqueo indirecto de (3) que a su vez es bloqueado por (4). (2) tiene opción de pase a cualquiera de sus tres compañeros.

De nuevo la coordinación de movimientos vuelve a ser esencial, al igual que los cambios de ritmo en cada salida del bloqueo; en el tiro de (1) bajo aro hay que tener en cuenta que el giro debe ser hacia la línea de fondo y no al contrario para realizar la ejecución correcta.

El octavo ejercicio es únicamente de contraataque, *diagrama 8*. Trabajamos en toda la cancha con opción de ida, o de ida y vuelta. Partimos de tres posiciones de contraataque en la línea de fondo con balón

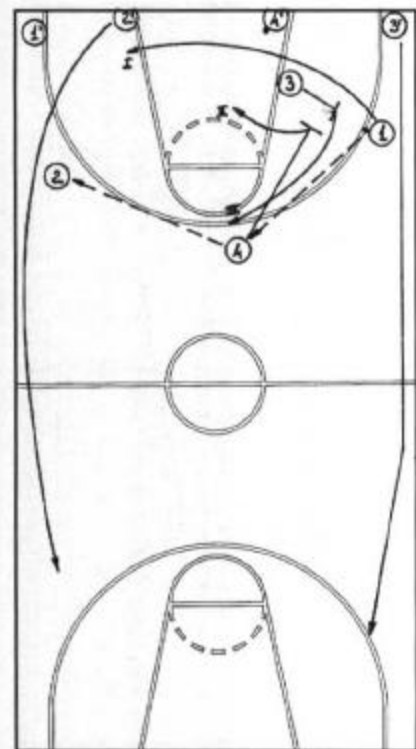


DIAGRAMA 7

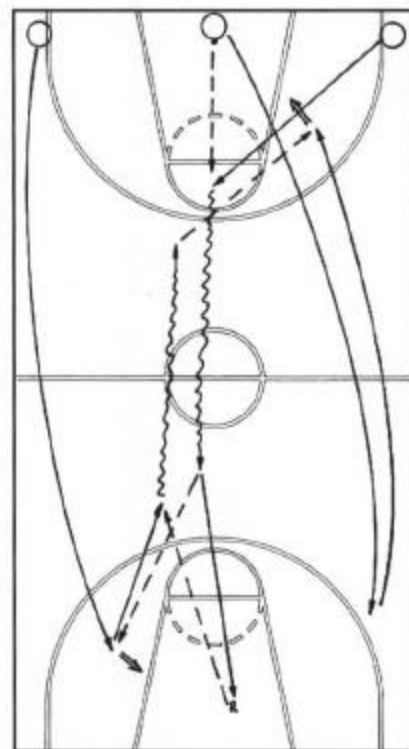


DIAGRAMA 8

en el centro. El primer pase es al alero que en diagonal corre a tomar el medio saliendo en dribbling por la calle central, mientras las dos calles exteriores son tomadas por los otros dos jugadores en un rápido sprint. El jugador con balón en el centro decide el primer pase (izquierda o derecha) y el que recibe entra a canasta; el pasador rebotea sin que caiga el balón al suelo y realiza el primer pase, al igual que en la ida, al compañero que ha tirado mientras el otro inicia un rápido sprint hacia el lado contrario para recibir y anotar. Este tipo de ejercicio muy sencillo hace que los jugadores se relajen, por lo cual hay que tener la máxima concentración en la ejecución y poner mucho énfasis en la velocidad con la cual ejecutamos todos los gestos técnicos.

El siguiente ejercicio será similar al anterior con la diferencia que ahora salimos simultáneamente de las dos partes del campo, *diagrama 9*. Realizamos sólo la ida para evitar pérdidas de balón. Para evitar choques y errores es fundamental hablar y mirar hacia delante siempre.

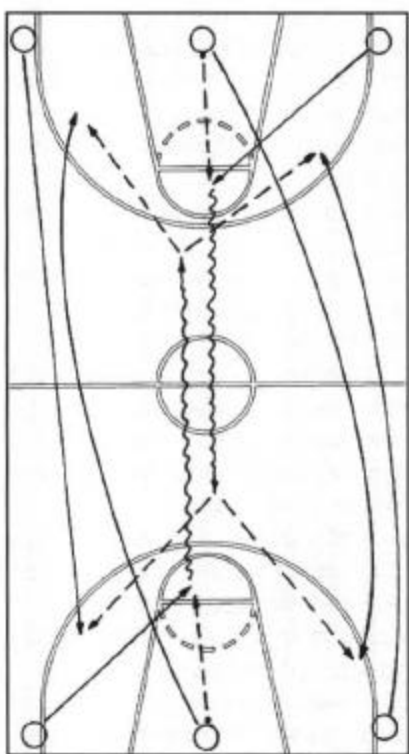


DIAGRAMA 9

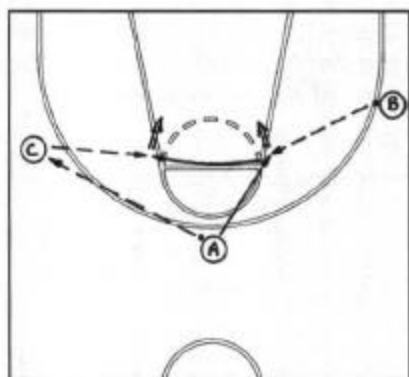


DIAGRAMA 10

Si lo logramos, la coordinación será perfecta.

Finalmente en el décimo ejercicio practicamos tiro en medio campo, *diagrama 10*. Establecemos tres posiciones: (A) y (B) con balón, y (C) sin balón. (A) pasa a (C) y corta para recibir de (B) y tirar. Después se mueve al lado contrario y recibe de (C) para volver a tirar.

La rotación de los jugadores será hacia la izquierda. La idea básica de este ejercicio es la de trabajar el movimiento de buscar el balón, encarrar y ejecutar un tiro rápido. □

COLECCION DE LIBROS AEEB



CLINIC "MURCIA-COSTA CALIDA"

Conferenciantes

BOSA MALJEKOVIC
SANTO COPPA
JIM LYNAM
ETTORE MESSINA
PEDRO MARTINEZ

Precio: 1.000 Pts. + gastos de envío



CLINIC "COSTA BRAVA"

Conferenciantes

JACK RAMSAY
RICK ADELMAN
PAUL WESTHEAD
ALVIN ROBERTSON
MONCHO MONSALVE
ALFRED JULBE

Precio: 1.000 Pts. + gastos de envío

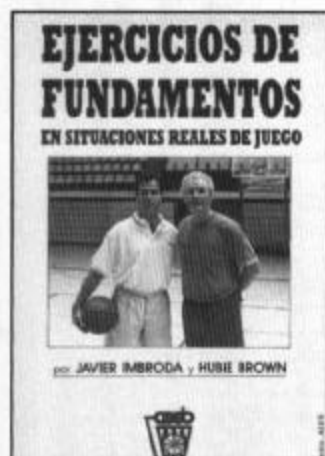


CLINIC "FINAL FOUR"

Conferenciantes

JOHN MCLEOD
JACK RAMSAY
CALVIN MURPHY
DEAN BRITTENHAM
SANDRO GAMBA
JESUS CARRERA

Precio: 1.000 Pts. + gastos de envío



EJERCICIOS DE FUNDAMENTOS EN SITUACIONES REALES DE JUEGO

Por:

JAVIER IMBRODA y HUBIE BROWN

Precio: 1.000 Pts. + gastos de envío



500 EJERCICIOS PARA UN BASKET VELOZ

Por:

ALESSANDRO DEL FREO

Precio: 1.500 Pts. + gastos de envío



CLINIC "CENTENARIO DEL BASKET"

Conferenciantes

ETTORE MESSINA
LOLO SAINZ
HERB BROWN
GEORGE KARL
PEPE LASO
CHEMA BUCETA

Precio: 1.000 Pts. + gastos de envío

PEDIDOS CONTRA REEMBOLSO a la AEEB: Jorge Juan, 82 - 5ª 1ª - 28009 Madrid - ☎ (91) 575 21 81-575 35 65 - Fax (91) 577 50 73

LAS ACTIVIDADES DE LA AEEB EN EL AÑO 1995



Durante el año 1995 la Asociación Española de Entrenadores de Baloncesto ha continuado su actividad con el propósito de llevar a todos los rincones de nuestro país las últimas novedades técnicas de nuestro deporte. A través de los clínicos celebrados queremos lograr el difícil objetivo de abrir las puertas de todos los detalles técnicos a todos nuestros entrenadores sin importar el nivel que cada uno pueda tener. Todos necesitamos mejorarnos y mejorar el baloncesto, y por ello nada mejor que seamos muchos los que difundamos unas ideas que luego contribuirán, en mayor o menor medida, a la mejora constante de nuestro deporte.

Lo que sigue es la relación de los actos celebrados bajo la organización de la AEEB directamente o a través de las respectivas Asociaciones Autonómicas:

♦ **II Clínic «Asociación Aragonesa»**
(Asociación Aragonesa)
Zaragoza, 2-3 de Enero
Conferenciantes: **Jesús Carreras**
José Luis Erenia
Alfred Julbe
Ranko Zeravica



♦ **I Clínic «Aruca, Ciudad Centenaria»**
(Asociación Española)
Aruca, 3-5 de Enero
Conferenciantes: **Pepe Clavijo**
J. Carlos Hernández Rizo
Roberto Orellana
Lolo Sáinz

♦ **I Clínic «Illa d'Eivissa»**
(Asociación Española)
Ibiza, 14-15 de Enero
Conferenciantes: **Pepe Laso**
Franco Pinotti
Lolo Sáinz

♦ **Jornada Técnica**
(Asociación Catalana)
Barcelona, 6 de Febrero
Conferenciante: **Joan Mª Gavalda**

♦ **Jornada Técnica**
(Asociación Española)
Gijón, 16 de Febrero
Conferenciante: **Chema Buceta**

♦ **Jornada Técnica**
(Asociación Catalana)
Lérida, 13 de Marzo
Conferenciante: **Salvador Maldonado**

♦ **Mesa Redonda «Basket Femenino»**
(Asociación Catalana)
Barcelona, 13 de Marzo
Participantes: **Miguel López Abril**
Mª Carmen Martínez
María Planas

♦ **Jornada Técnica**
(Asociación Castellano Manchega)
Alcazar de San Juan, 27 de Marzo
Conferenciante: **Pedro Martínez**

♦ **IX Clínic «Deputación de Ourense»**
(Asociación Española)
Ourense, 31 de Marzo-2 de Abril
Conferenciantes: **Randy Knowles**
Moncho Monsalve
Zeljko Obradovic
Slobodan Vukcevic
Ranko Zeravica

♦ **Jornada Técnica**
(Asociación Española)
Valencia, 3 de Abril
Conferenciante: **Josep Lluís**

♦ **Clínic de Base**
(Asociación Catalana)
Lérida, 10 de Abril
Conferenciante: **Eduard Torres**

♦ **Clínic «Final Four Zaragoza '95»**
(Asociación Española)
Zaragoza, 11-13 de Abril
Conferenciantes: **Hubie Brown**
Alfred Julbe
Ettore Messina
Randy Pfund

♦ **Jornada Técnica**
(Asociación Catalana)
Cambrils, 26 de Abril
Conferenciante: **Pedro Martínez**

LIBROS Y VIDEOS

Poco a poco, en la medida de nuestras posibilidades, va creciendo nuestra y vuestra videoteca. En el presente año '95 hemos añadido dos videos técnicos más a los ya editados: se trata del video sobre el Clínic «Final Four '95» celebrado en Zaragoza en el mes de abril, y el video del Clínic Internacional Ibiza «La Isla». De esta manera son cinco los videos técnicos que hemos podido ofrecer a todos nuestros socios y que son, en el orden de su aparición:

- 1) Clínic «Costa Brava»
- 2) Clínic «Deporte Galego»
- 3) Clínic «Alicante-Estrella del Deporte»
- 4) Clínic «Final Four '95»
- 5) Clínic «Ibiza-La Isla».

Asimismo podemos anunciar que están en preparación dos nuevos libros técnicos, uno sobre el clínic de Tenerife y otro sobre el celebrado en Pontevedra, con el que el número de publicaciones ascenderá a ocho. Los seis títulos ya publicados son:

- 1) Clínic «Final Four '90»
- 2) 500 ejercicios para un basket veloz
- 3) Ejercicios de fundamentos en situaciones reales de juego
- 4) Clínic «Platja D'Aro»
- 5) Clínic «Murcia Costa Calida»
- 6) Clínic «Centenario del Basket».



♦ **Clínica «La Roda»**
(Asociación Castellano Manchega)
La Roda, 6 de Mayo
Conferenciante: **Pepe Laso**
Vicente Paniagua

♦ **Jornada Técnica**
(Asociación Catalana)
Sant Boi, 8 de Mayo
Conferenciante: **Pedro Martínez**

♦ **I Clínica «Ciudad de Miranda»**
(Asociación Castellano Leonesa)
Miranda de Ebro, 13-14 de Mayo
Conferenciantes: **Wayne Brabender**
Pedro Eneriz
Miki Vukovic

♦ **VII Clínica de Base «Diputación de Alicante»**
(Asociación Española)
Alicante, 9-10 de Junio
Conferenciantes: **Chema Buceta**
Aito García Reneses
Salvador Maldonado

♦ **Clínica «Entrenando con...»**
(Asociación Vasca)
Bilbao, 16-18 de Junio
Conferenciante: **Pepe Laso**

♦ **II Clínica «Ciudad de Burgos»**
(Asociación Castellano Leonesa)
Burgos, 24-25 de Junio
Conferenciante: **Bozidar Maljkovic**

♦ **I Clínica D'Esparraguera**
(Asociación Catalana)
Esparraguera, 29 de Junio-1 de Julio
Conferenciantes: **José M^o Izquierdo**
Randy Knowles
Pedro Martínez
Juan Carlos Mitjana

♦ **Clínica «Ibiza la Isla»**
(Asociación Española)
Ibiza, 6-9 de Julio
Conferenciantes: **Brian Hill**
Javier Imbroda
Zeljko Obradovic

Lolo Sáinz
Sergio Scariolo

♦ **II Clínica «Aruca, Ciudad Centenaria»**
(Asociación Española)
Aruca, 25-27 de Agosto
Conferenciantes: **Domingo Díaz**
Juan M^o Gavalda
Pepe Laso
Ranko Zeravica

♦ **III Clínica «Ciudad de Palencia»**
(Asociación Castellano Leonesa)
Palencia, 28-29 de Agosto
Conferenciantes: **Gustavo Aranzana**
Manel Comas
Zeljko Obradovic

♦ **IV Clínica «Ciudad de Logroño»**
(Asociación Riojana)
Logroño, 2-3 de Septiembre

Conferenciantes: **José Luis Abós**
Manel Comas
Pedro Eneriz

♦ **Clínica «San Javier '95»**
(Asociación Murciana)
San Javier, 16-17 de Septiembre
Conferenciantes: **Chema Buceta**
Pepe Laso
Lolo Sáinz

♦ **Clínica «Entrenando con...»**
(Asociación Española)
Aldaya, 22-23 de Septiembre
Conferenciante: **Pepe Laso**

♦ **Jornada Técnica**
(Asociación Catalana)
Esplugues de Llobregat, 9 de Octubre
Conferenciante: **Juan Carlos Mitjana**

♦ **Clínica de Base**
(Asociación Catalana)
Lérida, 16 de Octubre
Conferenciante: **Jaime Ventura**

♦ **Clínica de Base**
(Asociación Catalana)
Barcelona, 30 de Octubre
Conferenciante: **Juan Montes**

♦ **III Viaje a USA**
(Asociación Española)
New York-Chicago, 3-10 de Diciembre

♦ **Clínica «Madrid '95-Ataque contra defensa individual»**
(Asociación Española)
Madrid, 21-23 de Diciembre
Conferenciantes: **José Vicente Hernández**
Pedro Martínez
Ettore Messina
Moncho Monsalve
Zeljko Obradovic
Lolo Sáinz

♦ **Clínica «Nadal '95»**
(Asociación Catalana)
Barcelona, 29-30 de Diciembre
Conferenciante: **Mirko Novosel** □

COLABORACION MUNDIAL

En el transcurso de 1995 se ha renovado la colaboración prestada por nuestra Asociación para la difusión del baloncesto en todos los países. La AEEB, en colaboración con la Asociación Europea (EABC), con la Mundial (WABC), con Solidaridad Olímpica, entidad del COI para las ayudas a países menos desarrollados, y con el inestimable apoyo de la Secretaría general de la FIBA, a través de la figura del secretario general sr. Boris Stankovic, ha logrado que muchos de nuestras técnicos más preparados hayan contribuido en la promoción y difusión del baloncesto en distintos países de los cinco continentes. Esta es la relación de los técnicos de la AEEB que han dado clínicas durante el presente año:

Andorra (enero).— **Eduard Torres**
Uruguay (abril).— **Clifford Luyk**
Gales (abril).— **José Luis Cortés**
Francia (abril).— **Joan María Gavalda**
Estonia (mayo).— **José Luis Cortés** y **Eduard Torres**
Hungría (mayo).— **Randy Knowles** y **Eduard Torres**
Inglaterra (mayo).— **Clifford Luyk**
República Checa (junio).— **José María Buceta**
Eslovenia (junio).— **Joan María Gavalda**
Bulgaria (julio).— **Angel Jareño** y **Fernando Merchante**
Guinea Ecuatorial (septiembre).— **Joan María Gavalda**
Portugal (noviembre).— **Pepe Laso** y **Clifford Luyk** □

VIDEOS

CLINIC DEPORTE GALEGO

Temas de:

Situaciones defensivas (**Daly**); trabajo con hombres altos (**Luyk**); defensa de zona (**Bucci**); relación juego interior/perímetro (**Luyk**); ejercicios de defensa (**Daly**); transición de ataque (**Daly**); ataque a zona (**Bucci**); actividad del jugador sin balón (**Aito**); trabajo con jugadores exteriores (**Laso**); transición defensiva (**Aito**); ataque estático 5c5 (**Daly**).

Precio: 4.000 Pts. + gastos de envío.



Pontevedra, 7 al 10 de julio de 1993

CONFERENCIANTES

CHUCK DALY **CLIFFORD LUYK**
ALBERTO BUCCI **PEPE LASO**
AITO GARCIA RENESES

Con la colaboración de la
 Secretaría Xeral para o Deporte
 de la Xunta de Galicia

CLINIC "COSTA BRAVA"

PLATJA D'ARO, 4 al 7 de julio de 1991



Conferenciantes

JACK RAMSAY **PAUL WESTHEAD**
RICK ADELMAN **ALVIN ROBERTSON**
MONCHO MONSALVE **ALFRED JULBE**



edición AEEB

CLINIC "COSTA BRAVA"

Temas de:

Mejora individual mediante trabajo específico (**Monsalve**); contraataque (**Westhead**); presión a todo campo y situaciones especiales (**Westhead**); reglas para una buena defensa individual (**Ramsay**); defensa de equipo (**Ramsay**); passing game (**Adelman**); ataque a zonas (**Adelman**); la técnica del tiro (**Robertson**); las características del base (**Robertson**); nuevas ideas defensivas (**Julbe**); ataque a la presión (**Robertson**); tiro de 3 puntos (**Adelman**).

Precio: 4.000 Pts. + gastos de envío.

PEDIDOS CONTRA REEMBOLSO: ASOCIACION ESPAÑOLA DE ENTRENADORES DE BALONCESTO
 Jorge Juan, 82 - 5º1ª - 28009 Madrid • ☎ (91) 575 21 81-575 35 65 • Fax (91) 577 50 73

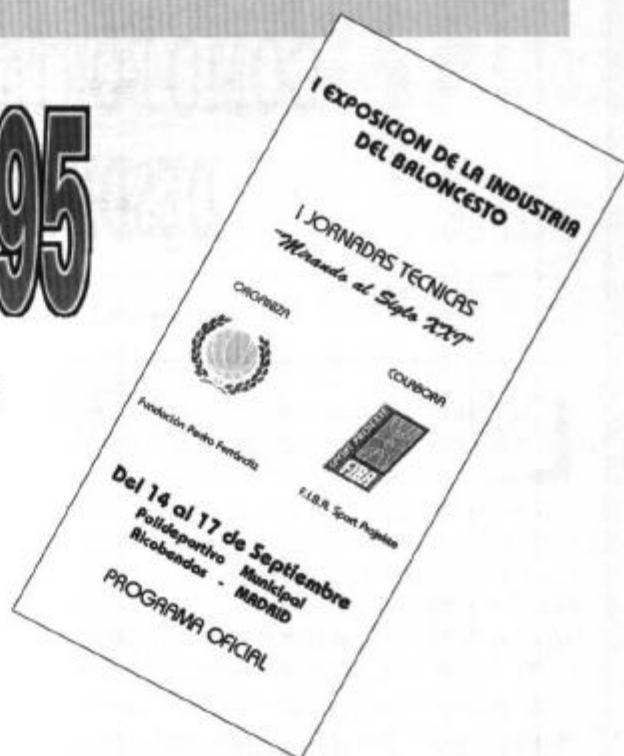
EXPOBASKET'95

Organizado por la Fundación Pedro Ferrandiz, se celebró, los pasados días 14 al 17 de septiembre en el polideportivo municipal de Alcobendas el «EXPOBASKET '95», la Primera Exposición de la Industria del Baloncesto y contemporáneamente las I Jornadas Técnicas con el título «Mirando al Siglo XXI».

Al certamen estuvieron presentes todos los estamentos del baloncesto y las empresas cuya vinculación con el mundo del baloncesto es muy estrecha.

La Asociación Española de Entrenadores de Baloncesto participó con un stand donde se dieron a conocer nuestras actividades más importantes acaparando mucho interés la exposición de nuestras publicaciones técnicas (libros y revistas) y los distintos vídeos editados de los clínicos internacionales que hemos organizado.

Nuestro stand fue de los más concurridos y recibimos la felicitación personal del propio Presidente de la zona europea



de la FIBA, sr. Aldo Vitale, que fue el encargado de inaugurar el certamen.

Entre los conferenciantes cabe destacar la presencia del mismo Aldo Vitale; de Nar Zanolin, director del departamento técnico de la FIBA; de Mauro Schiavone, arquitecto y responsable del Centro de Estudios de Instalaciones Deportivas de la FIBA; Rafael Cecilio Bustos, director gerente del Patronato Municipal de Deportes del ayuntamiento de Alcobendas; de Javier García Alba, arquitecto; de Javier Martín, director gerente del Organismo Autónomo Gestión IMDER; y de Sebastián Gallego, director de operaciones de Barcelona Promoción. □

COMO FORTALECER LA DEFENSA DESDE EL «LADO DEBIL»

Por **MANU MORENO** (Entrenador Superior)

La presión del balón se ha convertido en una necesidad vital para realizar una defensa agresiva, que pueda controlar una cada vez mayor capacidad del jugador para desarrollar su técnica, y provocar la posibilidad de hacerle jugar siempre en la posibilidad del error.

Pero esta presión nos lleva inevitablemente a correr riesgos, que tenemos que cubrir con un trabajo de equipo. Es por esta razón que se hacen tan útiles las defensas de ayudas. Defensas que en estos últimos años han conseguido un desarrollo espectacular. Es difícil ver equipos que no desarrollen este concepto defensivo, y que sólo se diferencien en pequeños aspectos.

Una buena técnica defensiva en el lado débil es una situación básica para definir a un buen equipo defensivo. Una de las razones primordiales para crear unas áreas de ayuda para los jugadores que se encuentran en el lado contrario del balón, es la posibilidad de realizar con velocidad decisiones que pueden fortalecer a la defensa.

Es vital presionar el balón en defensa, atacando toda penetración con bote, pase y corte. Los jugadores del «lado débil» deben de estar constantemente tomando decisiones en una triple responsabilidad: el balón, el hombre y la línea.

De alguna manera estamos intentando traspasar las áreas de riesgo a zonas más alejadas del balón, que den tiempo a recuperar a la defensa la iniciativa que lleva siempre el atacante al poseer el balón.

Los jugadores deben de conocer, cuando están en esta posición del lado débil de la defensa, la posibilidad de desarrollar cinco responsabilidades:

1) *Prevenir una inversión fácil del balón.* En el *diagrama 1*, vemos la posición de (X2), a «dos pases del balón», desde aquí él puede moverse con rapidez hacia el hombre que penetra con el balón, en este caso (3), que ha desbordado a (X3) por el medio.

(X2) debe de conseguir la modificación del ángulo de penetración de (3), de manera que fuerce a este jugador a perder una línea directa con la canasta.

La primera responsabilidad de (X1) es prevenir un cómodo pase de (3) a (1).

2) *Dar una segunda ayuda a la penetración cuando está alejado dos pases del balón.* Cuando (X2) está fuera de posición para ayudar a (X3) (-alejado-), (X5) debe de salir al paso de la penetración de (3), mientras (X4) se mueve para responsabilizarse de (5), y (X2) ejer-

cita una rotación para bloquear abajo al hombre de (X4), *diagrama 2*.

En esta posición es muy importante desarrollar ejercicios en los cuales el ataque penetre desde la parte frontal, el lado fuerte y la línea de fondo.

3) *Preparado para rotar sobre el hombre abierto en posición de anotar, de donde puede tirar, botar o hacer pases con sencillez.* Cuando (X1) hace un «trap» en el poste bajo, (X2) tiene que rodar hacia la posible recepción abierta de (1), en el ángulo de la zona. (Como se indica en el *diagrama 3*).

En el *diagrama 4*, indicamos el movimiento de (4), para cerrar la penetración por la línea de fondo del atacante (3), y (X2) «rueda hacia el hombre abierto (4).

4) *Yendo a bloquear a los rebotadores cuando se trabaja para rectificar el ángulo de penetración.* En esta posición no es tan importante pensar en el bloqueo del tiro como en conseguir una buena posición con el cuerpo para atacar las



DIAGRAMA 1



DIAGRAMA 2



IV JORNADAS TÉCNICAS EN MURCIA

Organizado por la **Asociación Murciana de Entrenadores** de Baloncesto, con la colaboración de la AEEB, de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia, de la Federación de Baloncesto de la Región de Murcia, del ayuntamiento de San Javier y del Patronato Municipal deportivo de San Javier, se celebraron los pasados 16 y 17 de septiembre las IV Jornadas Técnicas.

Asistieron alrededor de 100 entrenadores para escuchar las conferencias de Lolo Sáinz, Chema Buceta y Pepe Laso.

Sáinz habló sobre contraataque y ataque contra defensas zonales; **Buceta**, sobre defensa a los jugadores interiores, y psicología aplicada a la jugadora en supuestos prácticos; mientras **Laso** disertó sobre trabajo sistemático para llegar a situaciones de 3c3 partiendo del 1c1 y 2c2.

Queremos felicitar a la Asociación Murciana por el trabajo que está realizando no sólo en la difusión del baloncesto entre todos los entrenadores sino y especialmente en la promoción que está realizando de los entrenadores de base. □

consecuencias del tiro.

En el *diagrama 5*, vemos como cuando (X5) ataca el ángulo de (3) en la penetración, buscando incluso un «trap», (X4) se responsabiliza del hombre de (X5), y (X2) de la vacante que ha dejado (X4).

5) *Mentalizándose de la situación del rebote. Reboteando.* Todas las situaciones anteriores nos deben de haber ayudado a que des-

de el lado débil hayamos conseguido una mayor presión sobre el balón, por lo que esperamos conseguir tiros perdidos, que ahora hay que atrapar.

En estas situaciones de ayudas y recuperaciones rápidas, se habrán producido, sin ninguna duda, desequilibrios que deberemos superar para rebotear el balón.

Hay que mentalizarse de que en

este momento la tarea del rebote es una tarea común; después de todo el trabajo realizado para que el atacante no acierte, no se puede faltar, por no estar preparado, de alguna forma hasta aquí se ha producido lo que queríamos conseguir. Aquí ya no es una tarea de especialistas, es un «deseo de equipo». Esta es, de todas maneras, «la eterna cuestión». □

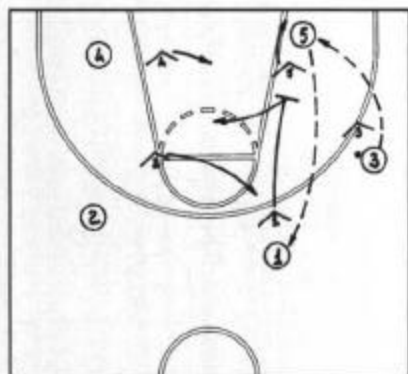


DIAGRAMA 3

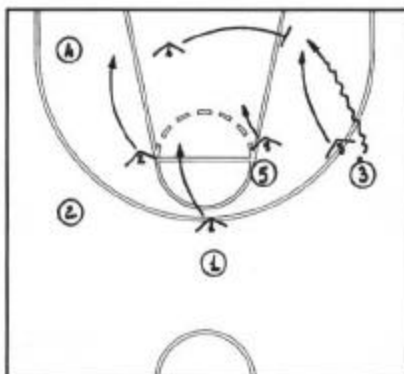


DIAGRAMA 4



DIAGRAMA 5



ATAQUE 5c5 EN MEDIO CAMPO

Por **HUBIE BROWN** (Entrenador NBA)

Todo el trabajo que vamos a desarrollar a continuación lo hemos utilizado en mi etapa entrenando a New York Knicks y puedo afirmar que con excelentes resultados. La gran ventaja de lo utilizado es que resulta muy fácil de asimilar por el jugador y todos los movimientos tiene una **continuidad**. No me gusta estructurar los ataques en movimientos aislados; debe existir un dinamismo en el ataque provocado por el constante movimiento de **todos los jugadores**, trabajando a la vez movimientos sencillos y básicos como el bloqueo directo, el indirecto, las continuaciones de los bloqueos, los cortes, puertas atrás y todo ello utilizando eficazmente algo que es esencial en el juego de ataque: el aprovechamiento de los **espacios**.

Antes de entrar a hablar del ataque 5c5 me gustaría dar algunas indicaciones sobre como parar el contraataque en situaciones de 2c1 y 3c2 y en como desarrollar el contraataque para enlazar con el ataque posicional.

Cuando nos enfrentamos en una situación de desventaja numérica defendiendo un contraataque de 2c1 es muy importante que el defensor evite el tiro bajo aro o la entrada. Utilizando el ejercicio del *diagrama 1*, queremos que el defensor, mediante fintas cortas y agresivas con brazos arriba, fuerce a que los atacantes hagan un tiro exterior.

Una buena opción es que el defensor, *diagrama 2*, salte hacia el jugador con balón con los brazos arriba y le obligue a dejar de botar; entonces es cuando recupera rápidamente hacia el otro atacante para impedir un pase bajo el aro (100% de efectividad), permitiendo una

sola opción: el tiro exterior (50% de efectividad).

Cuando nos encontramos en una situación de 3c2 en contraataque tendremos la siguiente norma defensiva: *quien sale al primer pase, va al segundo*. Por ejemplo, *diagrama 3*, cuando el balón va de (1) a (2), si (X2) sale al balón y (X1) baja a defender bajo el aro, cuando el balón va de (2) hacia (1) será nuevamente (X2) quien siga al balón quedando (X1) defendiendo el aro; el objetivo es claro: impedir tiros desde abajo (100% efectividad) y permitir tiros exteriores (50% de efectividad). Vayamos ahora a la salida del contraataque. En la primera opción, *diagrama 4*, ante la presión del defensor, (1) pide el balón con la mano exterior

mientras que con la interior evita la salida del defensor hacia el balón, *figura A*.

En los casos de que (1) no pueda recibir el primer pase, (5) triangula con (4), *diagrama 5*, y es éste que pasa a (1), que aprovecha la ven-

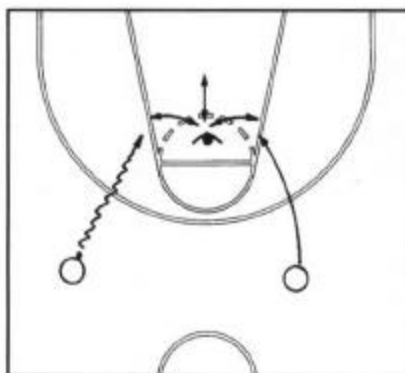


DIAGRAMA 1



DIAGRAMA 2

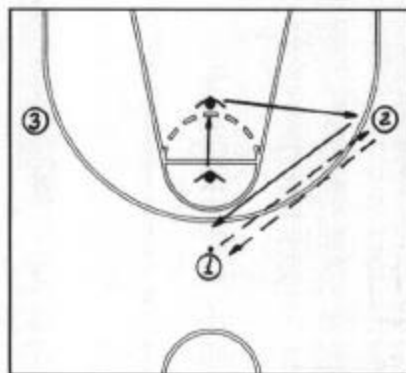


DIAGRAMA 3



DIAGRAMA 4

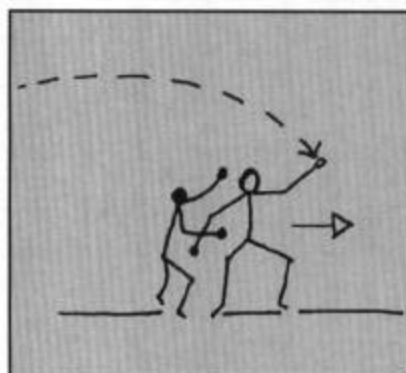


Figura A

taja posicional para lanzarse hacia delante ya que con el cuerpo protege y evita la salida de su defensor. Es muy importante dominar este detalle técnico porque son muchos los equipos cuya defensa organizada envía un defensor inmediatamente sobre nuestro playmaker para evitar la salida rápida en contraataque.

Una vez desarrollado el contraataque entramos en el juego 5c5 cuya primera opción será la misma continuación del contraataque cuando, *diagrama 6*, llega (4) al poste bajo y se autobloquea para reci-

bir de (1); éste corta al lado contrario y (2) reemplaza en la línea de tres puntos con la opción de jugar 2c2 con (4).

Si el balón sale de (4) a (2), tenemos a continuación una doble opción, la que crea (1) bloqueando a (5) en el poste bajo al lado contrario, para que corte y recibe en medio del área, o inversión del balón con pase a (3) para que juegue 1c1 o un tiro de tres puntos, *diagrama 7*. El bloqueo entre (1) y (5) es muy importante y del mismo se puede sacar mucha ventaja. Si los defensores

cambian, queda una posición de alto/bajo con superioridad física notable. Es vital que en este bloqueo de (1) a (5), éste efectúe un perfecto giro dorsal en la salida para encarar al aro y pedir el balón.

Otras opciones en este juego sencillo es cuando (5), al no poder recibir cerca del aro, se abre al tiro libre y recibe el pase de (2), *diagrama 8*. En este instante (4) juega 1c1 sin balón con su defensor e intenta ganar posición para recibir de (5) y concluir la acción con un tiro en semigancho o desde abajo o incluso doblar a (5) si



DIAGRAMA 5

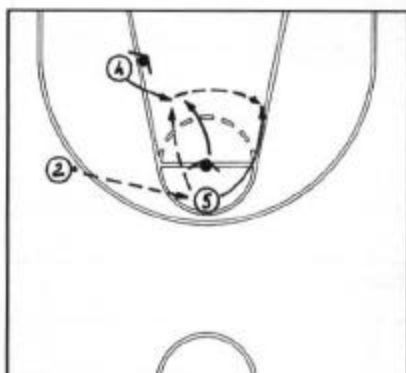


DIAGRAMA 8

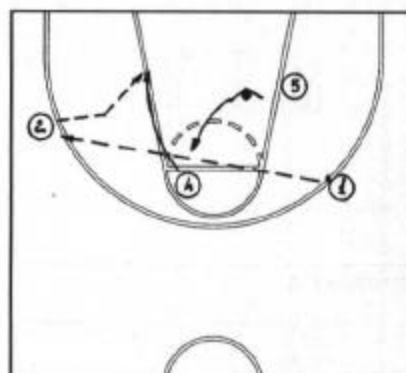


DIAGRAMA 11

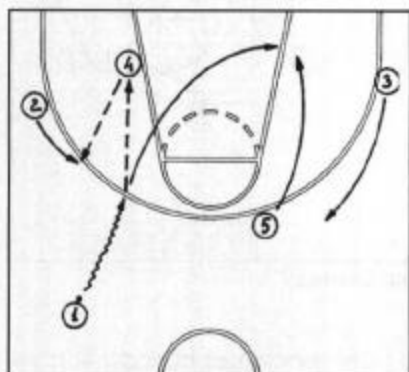


DIAGRAMA 6

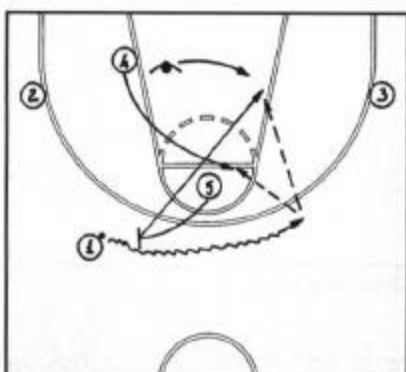


DIAGRAMA 9

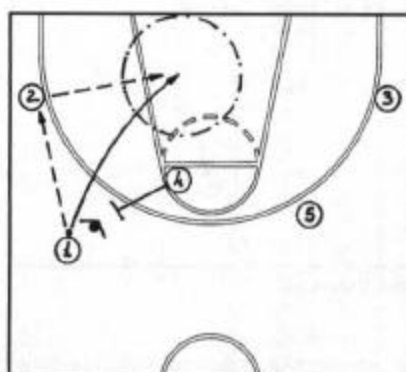


DIAGRAMA 12

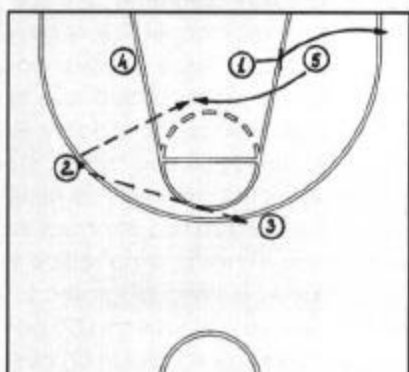


DIAGRAMA 7



DIAGRAMA 10

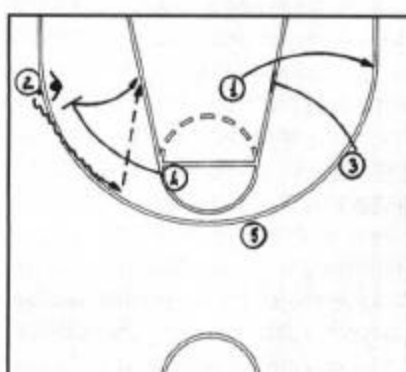


DIAGRAMA 13

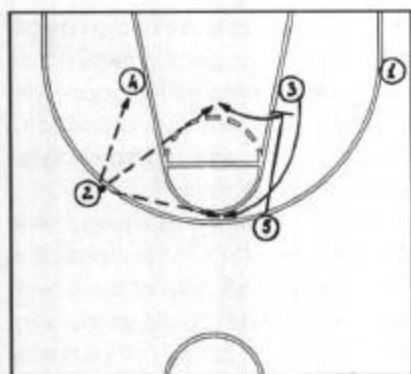


DIAGRAMA 14



DIAGRAMA 17

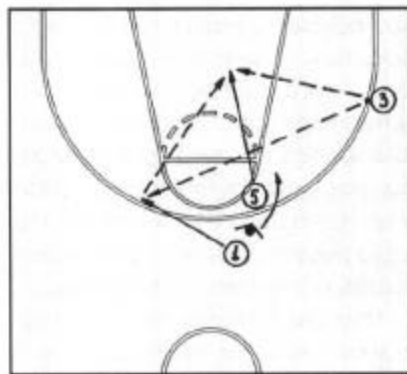


DIAGRAMA 20

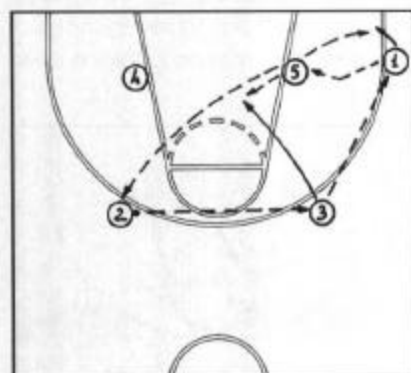


DIAGRAMA 15



DIAGRAMA 18



DIAGRAMA 21

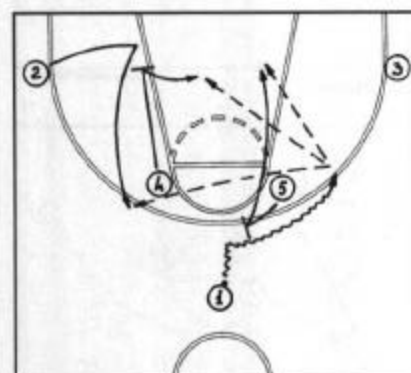


DIAGRAMA 16



DIAGRAMA 19

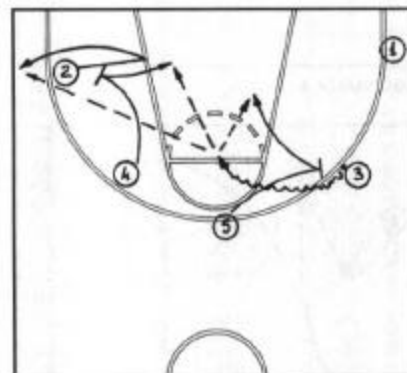


DIAGRAMA 22

recibe la ayuda del defensor de éste.

Otra situación en la que podemos iniciar nuestro juego posicional de una forma distinta a la comentada es cuando (1) llega en zona de ataque botando y en lugar de buscar a (4), aprovecha un bloqueo directo de (5) para cambiar de lado, *diagrama 9*. En la continuación, (1) busca entrar el balón a (5) y si el defensor de (4) ayuda, éste sube rápidamente al tiro libre para recibir, encarar y tirar o iniciar una opción con el otro pivot, *diagrama 10*. Cuando (4) recibe de (1), (5) que está

cortando gana la posición bajo el aro para recibir. Es muy importante que (5) pida el balón con su mano exterior.

Una variante al movimiento anteriormente explicado es cuando, *diagrama 11*, en el momento en que (5) realiza el corte hacia abajo como continuación del bloqueo, (1) invierte el balón de lado hacia (2) y simultáneamente (4) corta hacia el aro mientras su defensor intenta recuperar; el pase picado de (2) hacia (4) es el mejor para una acción segura del pivot.

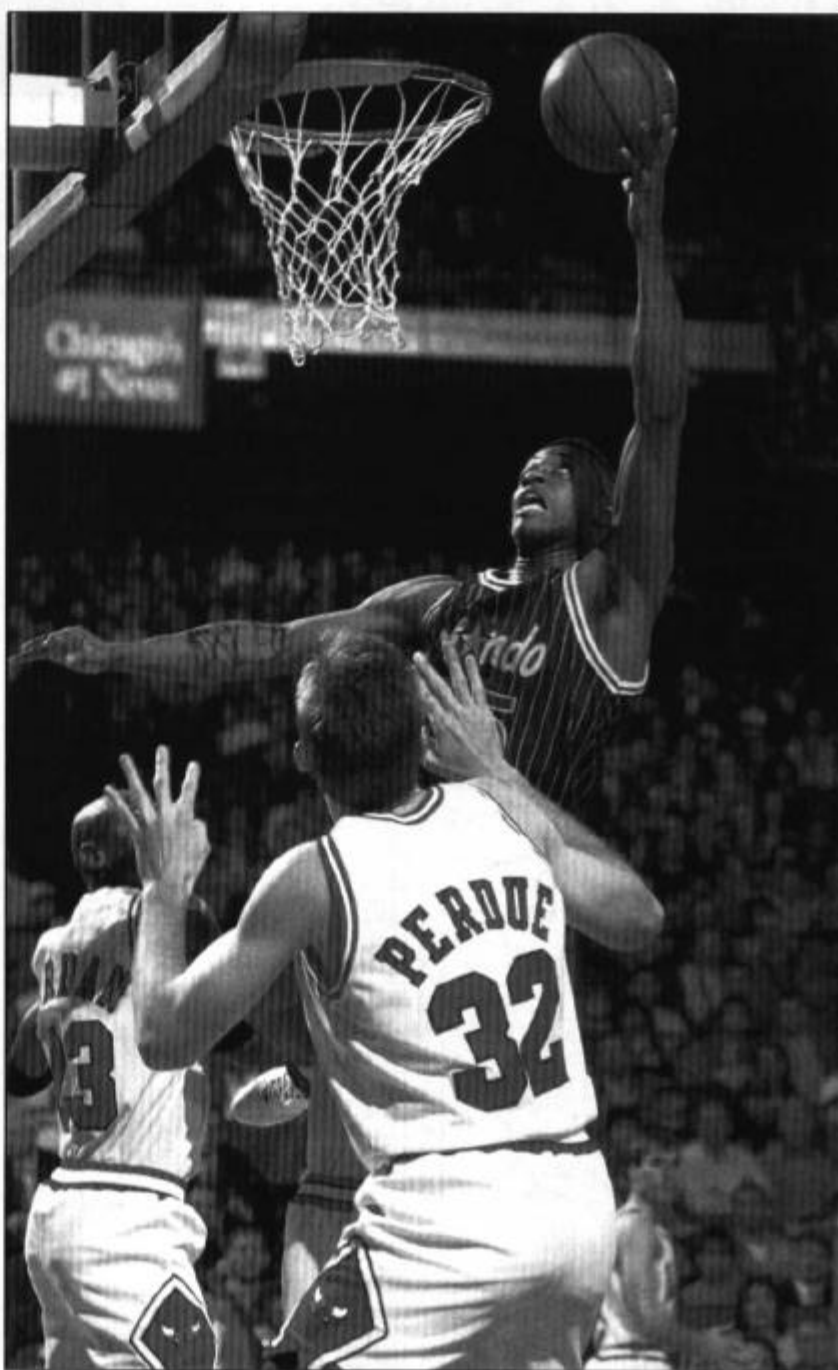
Otra opción es cuando el base decide jugar en el lado fuerte pasando hacia (2), *diagrama 12*, y cortando sobre el bloqueo de (4). En estas situaciones tiene muchas posibilidades de recibir puesto que el área del aro está desocupada y es difícil que ahí llegue una ayuda. (1) debe enganchar a su defensor en el bloqueo y cambiar de ritmo en su corte hacia canasta. Si no recibe y corta al lado contrario, *diagrama 13*, será (4) que va a bloquear a (2) para un pick and roll en el que (2) busca la solución en 1c1 o, en función de

la reacción defensiva, la continuación hacia (4).

Cuando hablamos de continuidad y responsabilidad colectiva en el juego ofensivo debemos tener presente que mientras (2) y (4) juegan 2c2 en un lado del campo, en el otro lado los restantes tres atacantes deben mantener activos. (3), tras bloquear a (1) que corta, recibe el bloqueo de (5), *diagrama 14*, y corta vertical hacia la línea de tres puntos para recibir un posible pase de (2). Este tiene así distintas opciones: 1c1, pase en la continuación hacia (4), pase a (3) para un triple o pase hacia (5) que, tras el bloqueo, ha continuado en el centro del área. Si el balón lo recibe (3) y no puede tirar ni penetrar, pasa a (1), en la esquina, y éste juega interior/exterior con (5). Este tiene distintas opciones, *diagrama 15*: jugar 1c1, o doblar el pase para un tiro exterior. Una de nuestras opciones ofensivas comenzaba con dos postes altos, *diagrama 16*. (1) jugaba sobre el bloqueo de (5) mientras simultáneamente se producía un bloqueo vertical entre (4) y (2). Cuando (1) salía del bloqueo de (5) tenía varias opciones de pase: a (5) en la continuación; a (2) para un tiro triple o hacia (4) que, en un autobloqueo tras la continuación, venía a recibir en medio del área.

Una variante del mismo movimiento es cuando (2) y (3) cortan por la línea de fondo realizando un bloqueo indirecto, *diagrama 17*, para recibir cerca del aro y hacer un tiro fácil. La continuación de esta variante es cuando, *diagrama 18*, (3), después de bloquear, cambia de ritmo y busca recibir de (1) apoyándose en los bloqueos sucesivos de (4) y de (5). Aquí es importante cambiar de ritmo en los bloqueos y encarar rápido el aro.

Este juego tenía otras soluciones si (1) pasaba al lado fuerte hacia (3). Dependiendo de la orientación del bloqueo, (1) cambia de ritmo y corta hacia el aro para recibir de (3), *diagrama 19*. Aquí es importante tener una buena lectura de la defensa. Si



el defensor de (1) intenta salir del bloqueo por delante, *diagrama 20*, (1) rápidamente cambia de dirección y saldrá a la línea de tres puntos para recibir un pase y efectuar un tiro cómodo de tres, o pasar interior a (5) en la continuación del bloqueo.

En el *diagrama 21*, tras cortar, (1) va con (4) a realizar un bloqueo a (2) que saldrá arriba o abajo para recibir. Es interesante tener en cuenta todas las continuaciones, sea de (4),

que corta abajo si (2) se ha abierto, sea de (1) que tras bloquear y cortar (2) se abre para recibir un pase y tirar, aprovechando que los defensores tienen tendencia a seguir los cortes.

Otra variante del mismo movimiento la tenemos cuando (3) juega bloqueo y continuación con (5), *diagrama 22*. Cuando esto sucede, (4) efectúa un bloqueo indirecto a (2) que, tras meter a su defensor hacia

dentro, sale a la línea de tres puntos con las siguientes opciones: tiro o entrada de (3); continuación a (4) o a (5) con balón interior; y balón para el tiro exterior de (2) tras las ayudas defensivas.

Es muy importante tener pautas de juego como las indicadas pero es todavía más importante jugar en función de la defensa y no retardar el ataque. Por ello si el defensor de (3) cierra presionando la línea de pase, *diagrama 23*, (3) hará una puerta atrás para recibir bajo aro. Si (3) no recibe, *diagrama 24*, continúa el corte hacia arriba y realiza un bloqueo ciego a (5) para un tiro desde abajo o un «alley hoop»; (3) se abre para el triple. En este movimiento es muy importante que (5) esté de espaldas al bloqueo y realice rápidamente un giro dorsal hacia el interior y recibir el balón. Todo ello exige la máxima coordinación bloqueador/bloqueado/pasador.

Si no podemos pasar el balón interior, (3) realiza una inversión, *dia-*

grama 25, para un tiro exterior de (2) o un juego 2c2 con (4).

Otra variante es la que (4) corta para dejar un aclarado, *diagrama 26*, que aprovecha (3) para jugar 1c1. Si en la penetración el defensor de (2) va a ayudar, pase a (2) y tiro de tres puntos.

(1), en lugar de jugar con (5), lo hace con (4) con pase directo, *diagrama 27*. Entonces (4) encara al aro y puede buscar un pase interior a (2) que ha cogido la posición en el poste bajo. La acción de (2) debe ser muy rápida, manteniendo la posición como máximo un par de segundos y luego abrirse a la línea de tres puntos. Entonces podemos empezar un juego entre postes, *diagrama 28*, con (5) que corta al poste bajo del lado contrario dejando espacio a (4) para jugar 1c1. Si el defensor de (5) sale a ayudar, (4) busca doblar hacia (5).

Finalmente vamos a ver algunas situaciones especiales como pueden ser los saques de banda. En el siguiente movimiento aplicamos una

norma: quien saca de banda es el que tira. Lo efectuamos cuando quedan pocos segundos y no hay tiempo para más. En el *diagrama 29*, (1) saca de banda mientras (2) y (3) se colocan en las esquinas, (4) en el poste bajo del lado fuerte y (5) en el poste alto del mismo lado. (5) hace una finta hacia el interior y rápidamente sale a recibir de (1); éste, después de pasar, corre a recibir mano a mano de (5) para una entrada rápida o un tiro. Una variante es cuando (5) recibe el balón y no puede devolver a (1). Entonces (4) va a efectuar un bloqueo ciego a (3), *diagrama 30*, para que éste reciba bajo el aro. (5) también puede jugar 1c1 o efectuar un tiro.

En el siguiente saque de banda hay tres posibilidades de tiro. En el *diagrama 31*, (3) bloquea a (2) y aprovecha el doble bloqueo de (5) y (4). Tras la salida de (3), (5) sube a recibir el pase de entrada de (1) y puede: pasar a (3) o a (2) para un triple o jugar 1c1.

Para finalizar y como anécdota

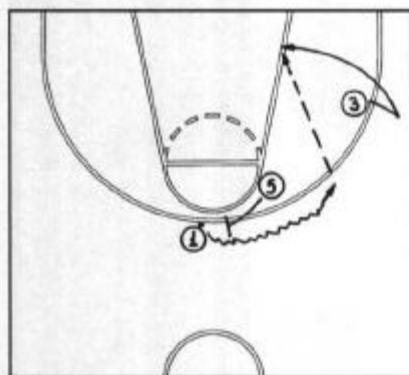


DIAGRAMA 23



DIAGRAMA 25



DIAGRAMA 27

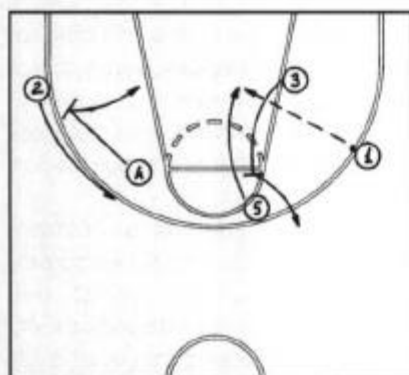


DIAGRAMA 24

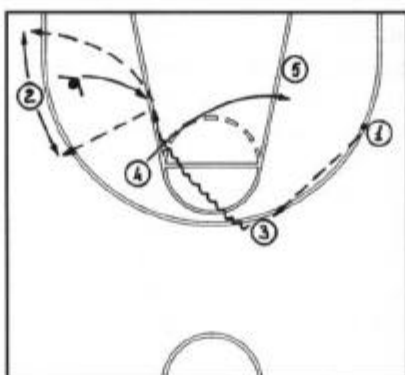


DIAGRAMA 26



DIAGRAMA 28

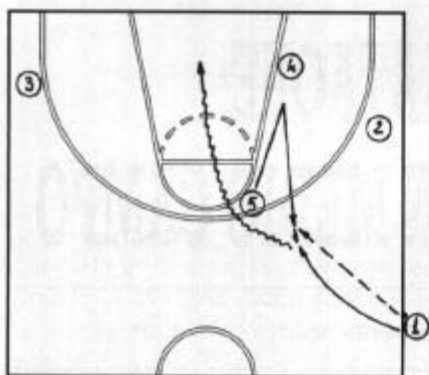


DIAGRAMA 29

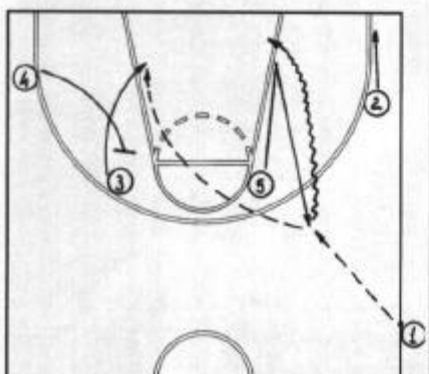
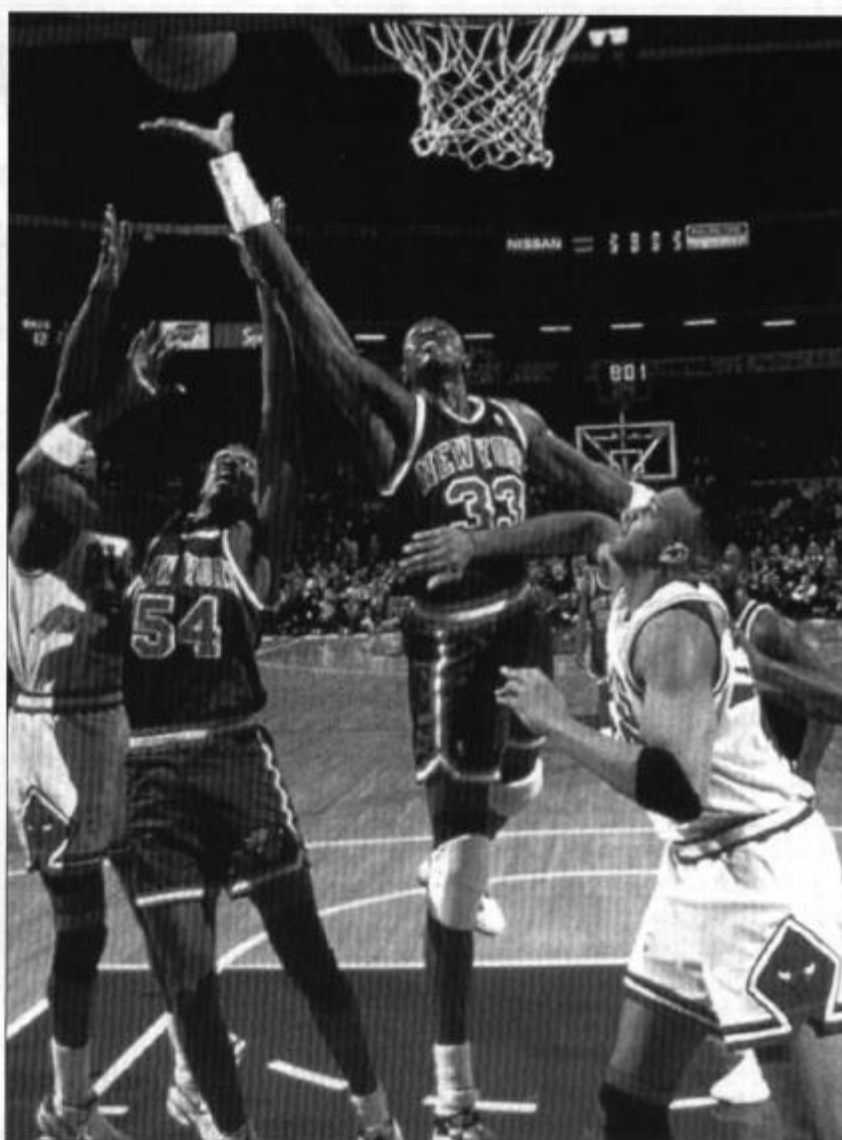


DIAGRAMA 30

para destacar que a veces para que salgan las cosas también hace falta una buena dosis de suerte, os quiero comentar una jugada especial que hicimos en un partido de playoff. La situación era la siguiente: perdíamos de tres puntos a falta de cuatro segundos y teníamos a disposición dos tiros libres. (2) anotó el primer tiro libre; en el segundo jugamos a fallar con la siguiente disposición, *diagrama 32*: (4) y (5) salieron de sus posiciones de rebote llevándose a sus respectivos defensores y dejando libre el lado izquierdo para que (3)



DIAGRAMA 31



entre a rebotear. En el momento del tiro, (1), *diagrama 33*, fue a bloquear al defensor de (2), y éste se abrió en la línea de tres puntos. (3) logró coger el rebote y pasar fuera hacia (2)

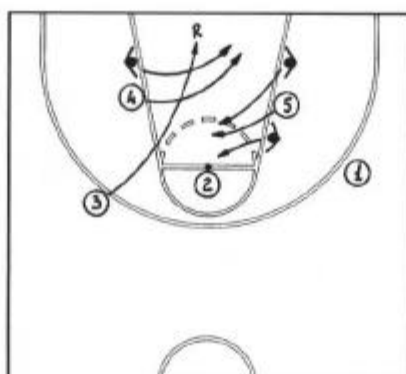


DIAGRAMA 32

que lanzó y convirtió. Ganamos de un punto. Lo dicho, suerte, pero también convencimiento de que las cosas pueden salir por muy difíciles que sean. □



DIAGRAMA 33



SEGUNDO CONTRAATAQUE: TRANSICION AL ATAQUE EN MEDIO CAMPO

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

En los últimos años, y con la llegada de nuevas estrategias y estilos de juego, defensa presionantes, etc., se ha impuesto el contraataque y sus continuaciones como una constante en el estilo de juego de la gran mayoría de las universidades.

Así pues podemos observar como con posterioridad al contraataque se impone una fase de transición hacia el ataque estático.

Esta transición entendemos que ha de ser una evolución sencilla hasta llegar a nuestros movimientos organizados de ataque estático.

Muchos equipos utilizan un segundo contraataque como transición; nosotros después de analizar diferentes situaciones y las características de nuestros jugadores así como las necesidades de nuestro equipo, sin llegar a sacrificar los movimientos y buena ejecución del ataque estático, adoptamos como transición o segundo contraataque unos movimientos y principios de transición utilizados por Don Meyer, Head Coach de la David Lipscomb University Bisons.

Los objetivos de nuestra transición o segundo contraataque son: rápida llegada, meter rápida y fácilmente el balón en el interior de la zona, equilibrio en las posiciones para el inicio de nuestro ataque, buenas oportunidades para el tiro de 3 puntos, obligar a una constante tensión al contrario y sobre todo llegar hasta el ataque estático de forma ordenada y con equilibrio.

El *diagrama 1* nos indica las posiciones básicas individuales de nues-

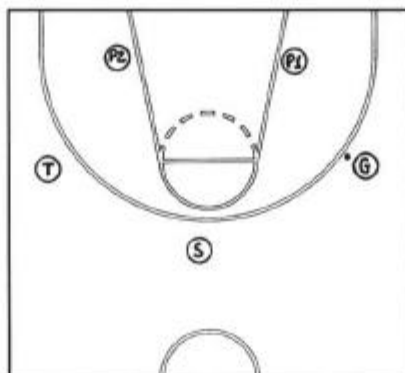
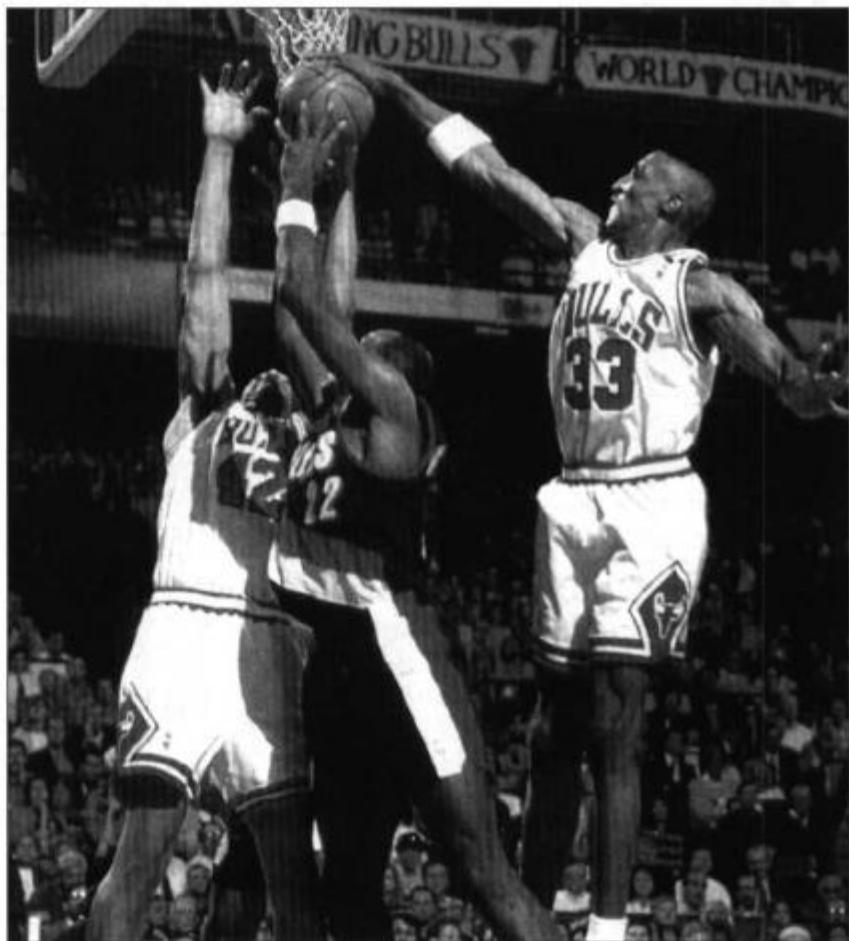


DIAGRAMA 1

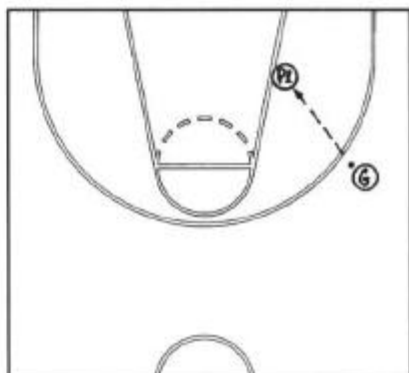


DIAGRAMA 2

tro segundo contraataque. Utilizamos dos jugadores como postes y tres jugadores de perímetro. A pesar de que cualquier jugador puede ocupar cualquier posición, es deseable que, siempre a juicio de las características específicas de los jugadores, algunas posiciones sean ocupadas por jugadores con habilidades concretas. La posición ocupada por «G», ha de ser normalmente para nuestro base, buen driblador del balón. Ha de situarse siempre fuera de la línea de tres puntos y por encima de la extensión imaginaria de la línea de tiros libres, en ángulo de 45 grados con el tablero de la canasta. Este será el mejor ángulo de pase al poste bajo. Las posiciones marcadas con «S» y «T», han de ocuparse por jugadores de perímetro, así en la posición «S» el jugador ideal sería nuestro mejor tirador de 3 puntos. En la posición «T» la ocupará el traller. El primer jugador en llegar a la zona rival sin balón, ocupará la posición de poste bajo del lado de balón (P1). A menudo resulta que en esa posición queda ocupada por

un hombre bajo, con funciones como bloquear y rebotear ofensivamente.

Si el hombre colocado en el poste bajo es rápido en su llegada y tiene cualidades de jugador interior, será fácil el pase interior y conseguir canasta, *diagrama 2*.

El segundo puesto de poste lo ha de ocupar nuestro hombre más grande y anotador. También es importante que ese hombre corra a toda velocidad a ocupar su posición (P2). Todos los jugadores del perímetro han de colocarse alrededor de un metro fuera de la línea de tres puntos, con el fin de que aún puedan dar un paso hacia adelante o fintar y todavía estar en la zona de tres puntos. Así mismo esta colocación obliga a abrirse más a la defensa.

En el *diagrama 3*, si el balón ha entrado en la posición de poste y no es posible el tiro a canasta, el jugador ha de mirar a los jugadores del perímetro para sacar el balón y permitir a estos el tiro triple. Otra opción es pasar al otro poste que busca el balón en un corte en flash, hacia el

centro de la zona. El base (G) una vez ha metido el balón a (P1) busca un desplazamiento con el fin de evitar la ayuda de la defensa.

En el *diagrama 4*, tan pronto como (G) observa que no puede meter el balón al poste, ha de pasar a uno de los tiradores, (S), que inmediatamente mirará dentro de la zona. Después de pasar al tirador (S), el base se desplazará para iniciar un bloqueo al mismo y cambiar posición con él, una vez que éste ha pasado a (T). Mientras tanto nuestros postes (P1) y (P2) tratan de ganar posición a sus defensores con el fin de intentar recibir el balón de (S) o de (T).

En el *diagrama 5*, si ninguno de los postes puede recibir el balón, (S) pasará rápidamente el balón a (T). En esa posición (P2) ha de intentar ganar la posición y recibir desde (T). Si el balón se mueve rápidamente por el perímetro a menudo es la posición en que más fácilmente se anota. En tanto, (S) ha cambiado la posición con (G) aprovechando su bloqueo.



DIAGRAMA 3

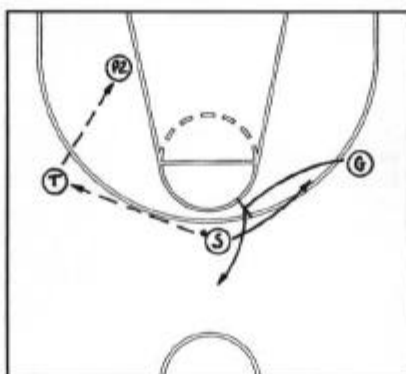


DIAGRAMA 5

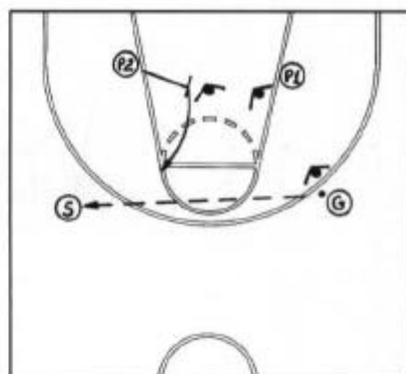


DIAGRAMA 7

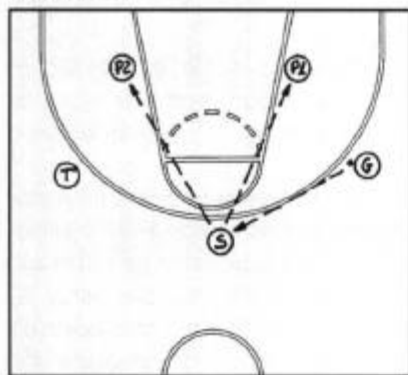


DIAGRAMA 4

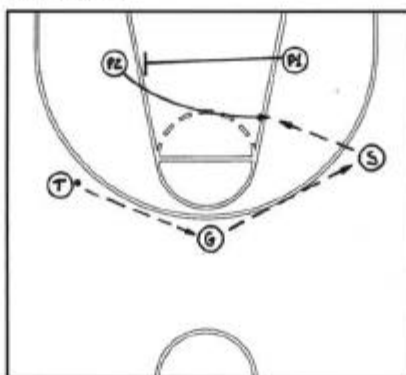


DIAGRAMA 6

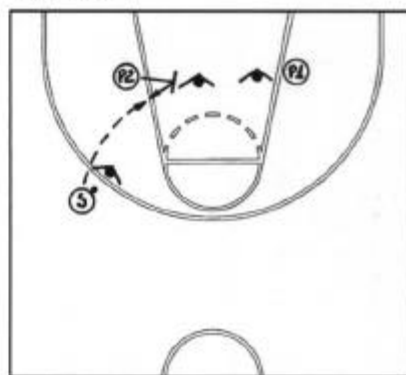


DIAGRAMA 8

En el *diagrama 6*, si no es posible meter el balón dentro de la zona por (T), debemos de invertir el balón de lado. Así pues, (T) pasará al base (G), que ha recibido después de cambiar posición con (S). De nuevo los hombres del interior han de intentar siempre ganar posición para recibir el balón en cualquier momento desde el perímetro. En el momento en que (G) invierte el balón hacia (S), (P1) corta la zona y bloquea a (P2). Si la inversión de balón se realiza rápidamente la defensa se verá sorprendida. El movimiento puede dar una buena oportunidad de tiro de tres puntos a (S), en especial si (P2) es un buen anotador y obliga a los defensores del perímetro a ayudar en el interior cuando éste va hacia el balón.

Para atacar una defensa de zona, *diagrama 7*, utilizamos un segundo contraataque similar pero con algunas modificaciones. El principio fundamental utilizado es el bloqueo. Un jugador en el poste bajo contrario al lado del balón bloquea al último hombre de la zona. El juga-



dor de perímetro en el lado débil se coloca detrás esperando la inversión del balón. En cuanto el balón

cambia de lado, rápidamente el último hombre de la zona tratará de recuperar hacia el balón viéndose sorprendido por el bloqueo que le efectúa (P2). Si sale el defensor al tiro de (S), que en ocasiones tendrá posición de tiro, se podrá meter el balón a (P2), que tendrá la posición ganada al hombre de la zona al que ha bloqueado, *diagrama 8*.

Cuando atacamos la zona, se ocupan en un principio las mismas posiciones. La primera opción sigue siendo el poste bajo de ese lado. Si (G) pasa el balón a (S) se va a ocupar la posición de (P1) que corta al poste alto, según indica el *diagrama 9*.

(P1) corta hacia el exterior en flash intentando recibir de (T), si es que no ha podido meter el balón a (P2).

(P1) mira primero a nuestro mejor tirador (S); si no puede invierte el balón y ocupa la posición de poste bajo del lado débil para atender al rebote ofensivo. (P2), mientras corta en flash hacia la posición de poste alto del lado fuerte. (T) se desplaza hacia



DIAGRAMA 9

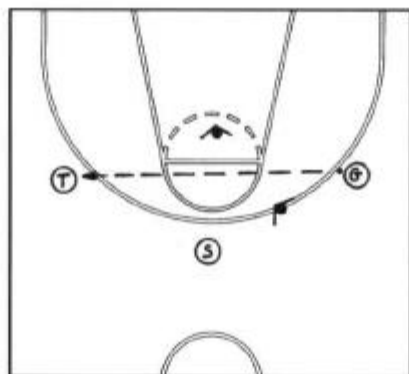


DIAGRAMA 11

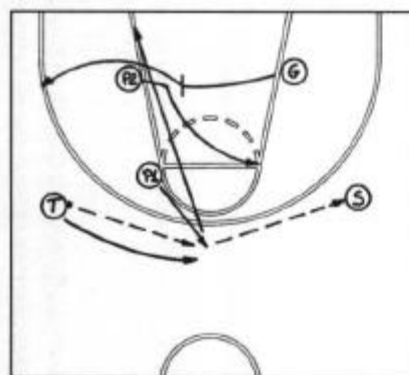


DIAGRAMA 10

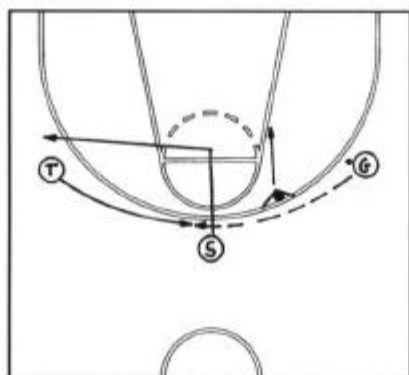


DIAGRAMA 12

la punta de la zona. Mientras tanto si (G) no ha recibido el balón, continúa su camino hacia el lado contrario con el fin de obtener equilibrio entre todas las posiciones. Si hasta entonces no hemos obtenido un tiro, los jugadores han de ir a los principios de nuestra transición contra zona, *diagrama 10*.

En caso de que la defensa sobre-marque el pase inicial de (G) a (S), *diagrama 11*, será posible el pase directo a (T). Si esto tampoco es posible entonces será (S) quien utilizando una puerta atrás, cambiará posición con (T), *diagrama 12*.

Si la defensa sobremarca a (S) para el pase a (T), utilizamos a (P2) para realizar un bloqueo ciego a (T) con lo que tendremos un pase interior a (S) o pase a (P2), que después del bloqueo ha continuado su movimiento y ocupa posición de perímetro según observamos en el *diagrama 13*.

Normalmente es deseable que subamos el balón hacia el campo de ataque por un lado cerca de la línea exterior, pero en el caso de equipos que realicen TRAPS al pasar el medio campo, se puede llevar el balón por el centro y pasar el balón hacia un lado, *diagrama 14*.

Después de enseñar las opciones básicas del segundo contraataque existen diversos ejercicios en todo el campo que nos servirán para perfeccionar el ritmo de ejecución. En el primer ejercicio utilizamos diez jugadores divididos en grupos de cinco cada uno; cada grupo realiza en un campo los movimientos de transición

o segundo contraataque y salen en contraataque hacia el otro campo evitando el choque con el otro grupo.

Una vez que la situación inicial está bien aprendida y el ritmo de ejecución es el adecuado, es buena práctica el ir añadiendo dos o tres defensores con el fin de forzar situaciones y obligar a ver nuevas opciones y los mejores pases. Trabajando poco a poco hasta llegar a los cinco defensores. Un buen ejercicio de acondicionamiento para practicar la transición es llevarla a cabo en un minuto tantas veces como sea posible a lo largo de todo el campo.

Posteriormente hay que adaptar este ejercicio con el inicio de los movimientos regulares de ataque estático en medio campo. Esta adaptación ha de realizarse poco a poco y adquiriendo hábitos regulares de posición.

Todo esto se puede adaptar fácilmente, realizando, por ejemplo, la transición siempre antes de iniciar cualquier movimiento de ataque estático en la práctica de los entrenamientos. La transición también es bueno practicarla después de romper una defensa presionante que practiquemos en los entrenamientos.

Después de experimentar otros movimientos de transición y los principios de coach Meyer, estos fueron los que adoptamos y los que hemos desarrollado. Son sencillos de enseñar y de ejecutar por los jugadores y a ellos les gusta practicarlos. Para nosotros, en Runnels, han pasado a ser una de nuestras mejores armas ofensivas. □



DIAGRAMA 13

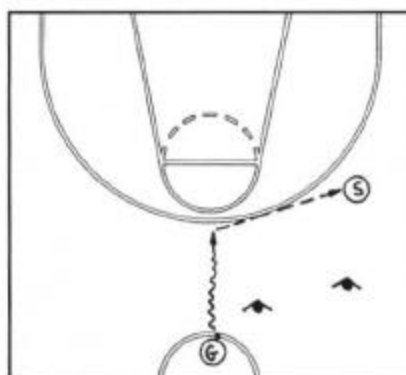


DIAGRAMA 14



RAIMUNDO SAPORTA, VICEPRESIDENTE DE LA FIBA

Don Raimundo Saporta ha sido nombrado vicepresidente de la FIBA en un reconocimiento más de su ya larga y dilatada trayectoria en el seno del máximo organismo de nuestro deporte y en el que tanto ha trabajado siempre sacando el máximo partido para nuestro país.

37 años después de su ingreso en la FIBA le viene un reconocimiento que sin duda hubiese podido llegar antes a poco que nuestro protagonista lo hubiese querido. Pero, esquivo de la gloria efímera, Saporta siempre ha trabajado en la sombra intentando que nuestro baloncesto no saliese nunca perjudicado en sus tareas internacionales. Ahora mismo, integrado en la comisión de Copas de Europa es el máximo defensor de los intereses de nuestros clubs de élite.

Creador de la Copa de Europa, antecesora de la actual denominada Liga Europea, personaje inquieto y atento a todo lo que se refiere al baloncesto, sin ser un técnico siempre ha sido también un firme apoyo para el trabajo que realiza la asociación de Entrenadores en su vertiente nacional e internacional. Es por ello pues que nos alegramos que un hombre del basket y que quiere al basket haya alcanzado un reconocimiento tan importante como esta vicepresidencia. □

HEPATITIS B

Por **BENITO CADENAS** (Médico del Real Madrid C.F.)

Existen hoy día cinco clases de virus que producen hepatitis: A, B, C, Delta y E.

La hepatitis por virus A, es de evolución favorable y nunca tiende a la cronicidad.

El virus Delta es un virus ARN defectuoso, que coinfecta con el virus de la hepatitis B y necesita del auxilio de éste para poder replicarse y expresarse. Sin hepatitis B no hay hepatitis delta.

Es frecuente en consumidores de drogas intravenosas y en varones homosexuales.

La hepatitis E tan solo se ha descrito en forma de epidemias en zonas con deficientes condiciones higiénicas. La causa habitual es la contaminación del agua.

Las dos hepatitis más importantes desde el punto de vista de la salud, son la hepatitis B y la hepatitis C, que son las que tienden hacia la cronicidad, y van a dar lugar a cirrosis y cáncer de hígado.

Respecto a la hepatitis B, causa de este artículo, es una infección de distribución universal.

El virus de la hepatitis B está presente en la sangre, fluidos sexuales, saliva y lágrimas de las personas con infección aguda y crónica, que representan el reservorio de la infección.

La transmisión se produce por contacto sexual tanto homo como heterosexual o por inoculación parenteral de sangre contaminada, principalmente por transfusiones o por medio de jeringuillas y agujas contaminadas, aunque también por instrumental médico, odontológico o de acupuntura y por medio de útiles de aseo personal, como cepillo de dientes o maquinilla de afeitarse.

Por inoculación parenteral, se entiende la vía a través (atravesando) de la piel, intramuscular (a través de la piel llegando a los músculos) o intravenosa (a través de la piel llegando a los vasos y a la sangre). Otra vía de transmisión es la vertical de recién nacidos, de mujeres con infección activa por virus B, la mayoría de los cuales se infectan durante el nacimiento por contacto de la sangre materna con la mucosa del recién nacido. La infección intrauterina (dentro de la matriz de la madre) es infrecuente; 5% de los casos.

El diagnóstico de las hepatitis, hoy en día, se ha hecho para los médicos más fácil y asequible que hace un decenio. Además de los síntomas, cansancio, falta de apetito, molestias gastrointestinales, color de piel más o menos amarillenta, existen una serie de análisis y determinaciones que ayudan a clasificar y diagnosticar estas enfermedades. El aumento de la Bilirrubina y las transaminasas y otras enzimas hepáticas así como la serología.

El virus de la hepatitis B posee tres antígenos de superficie, de núcleo o core y el «e». Cada antígeno induce la respuesta de un anticuerpo. En los análisis se detectan algunos de estos antígenos y anticuerpos y confirman el diagnóstico.

El tratamiento de la hepatitis B es más complejo; en la fase aguda se recomienda reposo y dieta, aunque ensayos controlados han demostrado que ni el reposo estricto en cama, ni las dietas rigurosas poseen influencia alguna sobre la evolución de la enfermedad. Los pacientes pueden realizar cualquier actividad que no exacerbe sus síntomas, incluso volver al trabajo (a

menos que su regreso represente un peligro para los demás).

Los pacientes deben ser controlados hasta que se normalicen las transaminasas. En la hepatitis B, la resolución de la enfermedad debe acompañarse de la desaparición del AgHBs (antígeno de superficie) y la aparición del anti-HBs (anticuerpo).

Hasta hace poco tiempo no había tratamiento para la hepatitis cuando se hacían crónicas. En las hepatitis B, cuya tendencia a la cronicidad es frecuente, se emplea actualmente interferón que actúa sobre la inmunidad del individuo como inmunomodulador. El tratamiento es al menos de seis meses y mejoran el 50% de los pacientes.

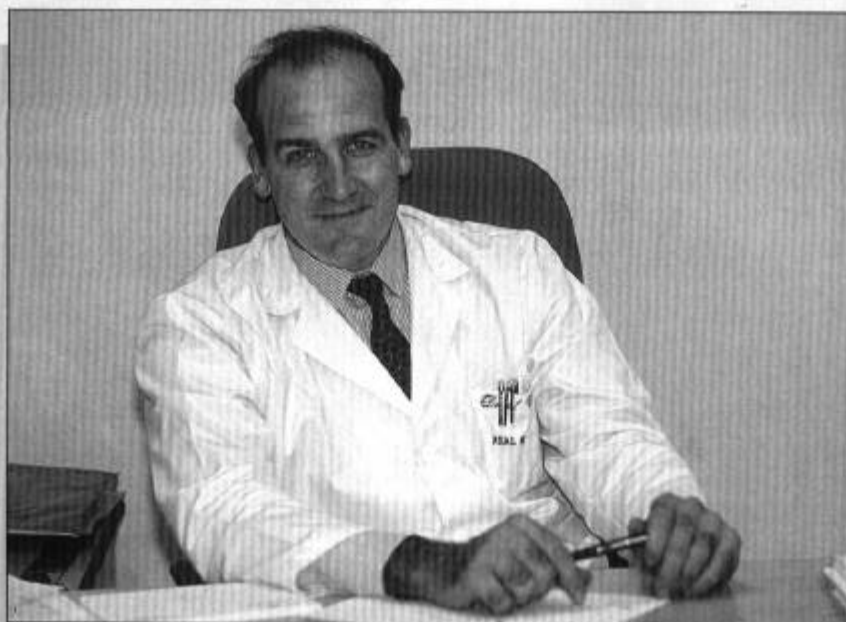
Lo que está mejor establecido es la prevención o profilaxis de la hepatitis B, por medio de las vacunas recombinantes obtenidas por técnicas de ingeniería genética. Se sabe que evita la hepatitis en sanitarios (médicos, ATS, enfermeras), varones homosexuales, pacientes en diálisis, recién nacidos y niños; se administra también a grupos de riesgo y a todos los miembros de la familia de los portadores crónicos, sobre todo cónyuges.

Hoy en día es obligatoria a todos los recién nacidos en algunas comunidades de España y es altamente aconsejable a todos los jóvenes por posibles relaciones sexuales y sobre todo por la promiscuidad sexual.

La vacuna se administra en 3 dosis por vía intramuscular, preferible en el músculo deltoides, la primera dosis, apuntando la fecha; la segunda al mes y la tercera a los 6 meses de la primera. Se aconseja otra dosis a los cinco años, de recuerdo.

Si ya existe una exposición accidental al virus de la hepatitis B, por el

A DEL L C F O O R N R S A O L



JEFE DE LOS SERVICIOS MEDICOS DEL REAL MADRID

El Doctor Alfonso Del Corral ha sido nombrado Director General de los servicios médicos del Real Madrid y jefe de los servicios médicos de fútbol y baloncesto y director del Centro Médico de la entidad madrileña. Estamos orgullosos de que un hombre del basket haya llegado a asumir un cargo tan importante y de mucha responsabilidad. Recordamos como Alfonso Del Corral ha sido un miembro muy importante

de la gran familia del baloncesto español, antes como jugador, vistiendo la camiseta de varios equipos de liga nacional, destacando su trayectoria como jugador del Real Madrid, y luego como médico siempre ligado al mundo del basket nacional. Asiduo colaborador de nuestra revista, emprende ahora una nueva trayectoria profesional para la que le deseamos los mayores éxitos personales y profesionales. □

pinchazo de una aguja o un instrumento con sangre contaminada, se debe administrar gammaglobulina antihepatitis B antes de transcurridas 12 horas y otra dosis de 5 ml a las cuatro semanas seguida de una pauta de vacunación contra la hepatitis B.

A los deportistas les interesa saber que en la práctica del deporte es muy difícil, por no decir prácticamente imposible, contagiarse o inocularse una hepatitis B, de un compañero o un contrario, enfermo o portador. Tendría que darse la circunstancia de dos heridas en distinta persona, con sangre más o menos abundante, en contacto, más o menos tiempo y que entrara, o penetrara, dicha sangre dentro de los tejidos del individuo. Cuando una persona se hace una herida sale sangre, no entra, y arrastra hacia afuera.

Otra cosa aparte es el deportista como persona, en su medio ambien-

te, en su casa, con sus hábitos y sus amistades. Ahí está sometido a todas las fuentes de contagios que el resto de los humanos. Tiene que tomar las medidas higiénicas de todas las personas y de los deportistas.

La vida sexual debe ser vigilada estrictamente. El acto sexual debe ser con una pareja estable. Si es algo esporádico, debe tomar medidas, y es aconsejable el preservativo. No sólo le previene de la hepatitis B, sino

de las enfermedades de transmisión sexual (gonococia, sífilis, herpes genital, etc.) y sobre todo del temible SIDA.

La vacunación es muy aconsejable a todos los deportistas, pues en la fase aguda les rompe todo el trabajo de la temporada, ya que se les obliga a hacer cierto reposo y dejar de entrenar y competir, y si tiene la desgracia de evolucionar mal, acaba con su vida deportiva. □

DEBEMOS RECORDAR

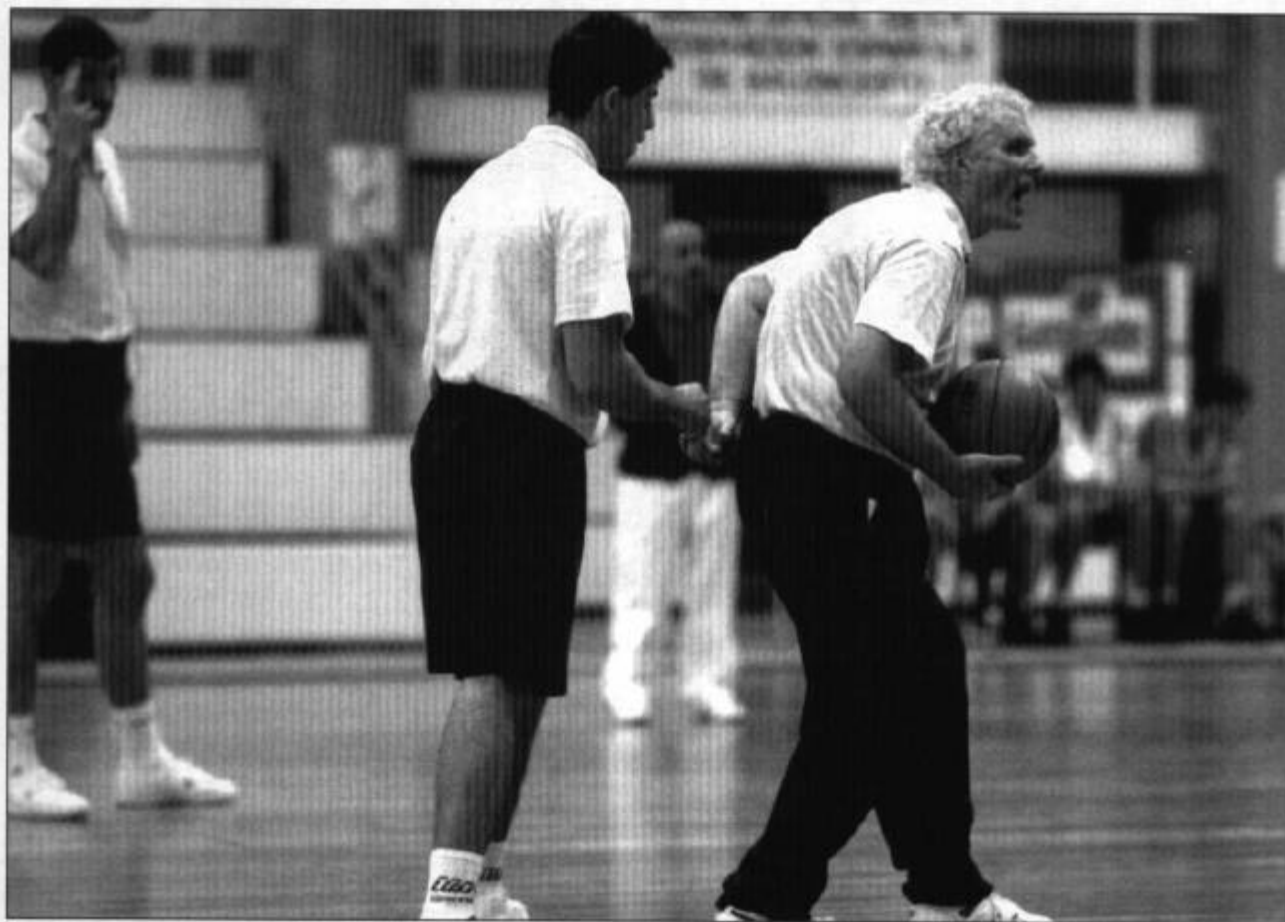
1. **Hepatitis B** ➡ Producida por los Hepadnavirus
2. **Síntomas:** ➡ Cansancio, falta de apetito, color amarillento (la mayoría de las veces).
3. **Diagnóstico:** ➡ Aumento de los enzimas hepáticos, detección antígenos y anticuerpos.
4. **Tratamiento** ➡ Difícil cuando tiende a la cronicidad: INTERFERON.
5. **Prevención:** ➡ a) Fácil. Vacuna. 3 dosis.
➡ b) Medidas higiénicas — Cuidado con la promiscuidad sexual.



Nº 1.

Equipo
y materiales
de construcción

• Tel. 476 1141 • Fax 476 1142 • G. n. 13
• Av. 476 1141 • Km. 334.3
• Tel. 476 1141 • Fax 476 1142 • G. n. 13



ENTREVISTA CON HUBIE BROWN

Por **FRANCO PINOTTI** (Entrenador Superior)

Corría el año 1979; en Turín, durante el Eurobasket, la renovada selección de Antonio Díaz Miguel hacía vibrar al personal con su juego relampagueante, efectivo y brillante, fiel presagio de lo que iba a ser durante unos años la trayectoria del Equipo Nacional. Entre partido y otro, quedaba tiempo para seguir las iniciativas de una organización que, aun con el paso del tiempo, recuerdo como la más mo-

délica -si así se puede decir-, entre todas las que he podido contemplar a nivel internacional. Entre las distintas opciones había la posibilidad de asistir a un clinic del que en aquel momento era considerado si no el mejor, uno de los mejores entrenadores americanos: **Hubie Brown**. Me gustaría recordar que en aquella época ni existían los canales de información actuales ni la facilidad de obtener vídeos didácticos, material

técnico o información especializada tal como sucede ahora. Cuando se hablaba de la NBA era de un mundo un poco más lejos que la Luna y los pocos que teníamos información (poca) la guardábamos como las tablas de Moisés. Me fui al clinic, y allí por primera vez vi en acción a un auténtico maestro del baloncesto: sus explicaciones defensivas y ofensivas nos dejaron con la boca abierta; el análisis de los más pequeños deta-

“

*Educación, enseñanza,
trabajo, satisfacciones,
estilo de vida, así se puede
resumir lo que significa
el basket para mí.*

”

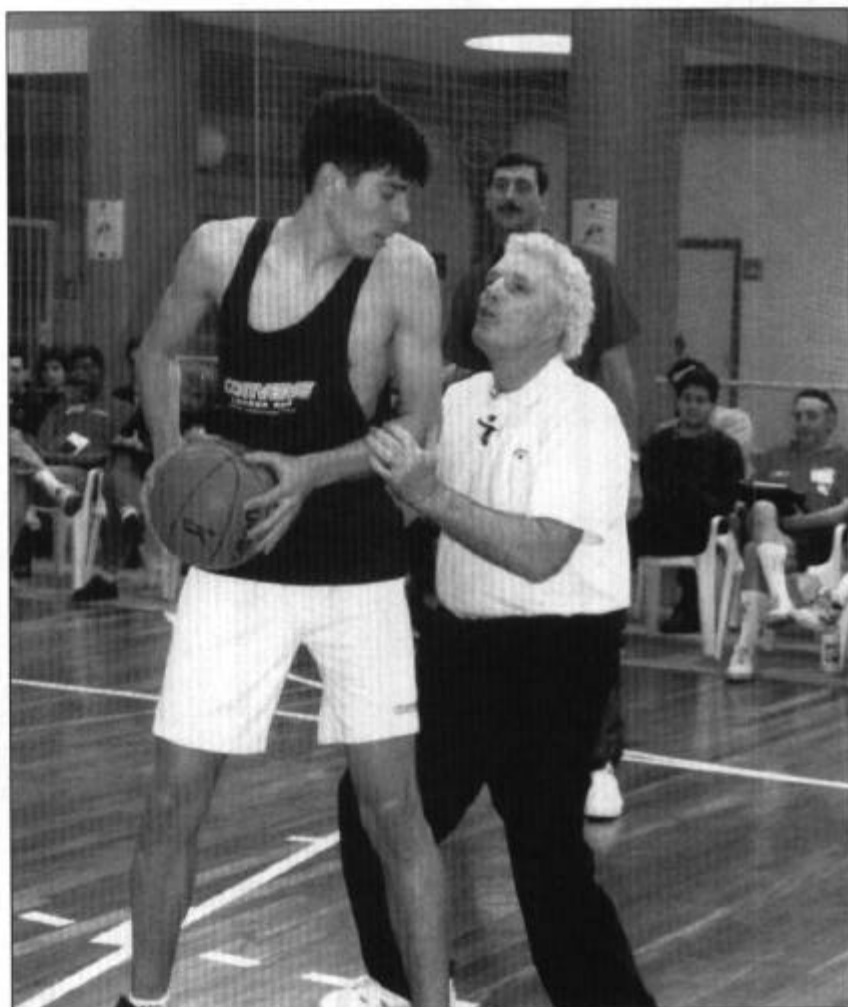
lles técnicos y tácticos fueron para mí el descubrimiento de un nuevo baloncesto, del auténtico baloncesto. Todavía guardo aquellos apuntes porque significaron mi «verdadera» iniciación como entrenador de baloncesto.

Han pasado los años, el baloncesto ha cambiado en todos los aspectos, para bien y para mal, y América queda un poco más lejos que un viaje en tren de Barcelona a Zaragoza. Las novedades ya han sido todas explicadas (o así se cree, por lo menos) y sabemos más del basket americano que los mismos americanos. Que venga Hubie Brown a dar unos clínicos no suena a novedad y el «listillo» de turno siempre tiene la oportunidad de comentar de forma displicente: «otra vez éste...».

Hubie Brown es una persona seria, quizás demasiado para nuestro gusto latino, muy profesional y muy preparado. Cuando hablas con él, sopesa todas las respuestas pero, aunque parezca hecho de hielo, es tan humano como el que más. Hasta tal punto que en un momento de la entrevista, entre el griterío de los «hinchas» griegos que copaban el restaurante y el quehacer de los camareros enloquecidos por la invasión helénica, tuvimos que hacer un receso porque se puso a llorar cuando recordó la figura de su padre.

Repuesto, y tras pedir disculpa por algo que considero totalmente natural: los buenos recuerdos siempre nos empujan a la melancolía y a la nostalgia, Brown no tuvo problemas en hacer su particular análisis del baloncesto actual, de sus ideas y sus principios.

—¿Qué significa la palabra bas-



“

*Si no puedes defender con
agresividad y luchar en el
rebote defensivo no hay
ninguna posibilidad de ganar,
a cualquier nivel.*

”

ket para usted?

—«El basket para mí es todo. Gracias a él pude cumplir unos estudios avanzados, conseguir una beca para ir a la universidad, poder jugar en buenos equipos y finalmente llegar a ser entrenador. El baloncesto se ha convertido en un estilo de vida que me ha permitido tras 30 años como entrenador, convertirme en locutor televisivo en una de las principales cadenas de mi país. Educación, enseñanza, trabajo, satisfacciones, est-

lo de vida, así se puede resumir lo que significa el basket para mí».

—Seguramente usted ha ido evolucionando en varios conceptos o ideas a lo largo de los muchos años que ha entrenado, pero, ¿cuáles son los aspectos que siempre ha mantenido invariables, si existen, por supuesto?

—«La respuesta para mí es simple: el aspecto fundamental es la agresividad defensiva. Si no puedes defender y luchar en el rebote defensivo no hay ninguna posibilidad de ganar, a cualquier nivel. Si tenemos menos talento puedes seguir compitiendo si puedes defender obligando al otro equipo a perder balones, a luchar por cada rebote; con esta mentalidad defensiva puedes, en consecuencia, disponer de más tiros en ataque y de esta forma disponer de una oportunidad de ganar. Si además eres capaz de jugar con defen-

“

Cuando me despidieron de Atlanta aprendí una gran lección: los entrenadores no somos nadie. El club siempre escoge a los jugadores por encima del entrenador.

”

sas múltiples, no permitiendo que el mejor equipo vea la misma defensa cada vez que ataca, entonces tus opciones de vencer se elevan».

—¿Cuál es la mayor satisfacción que ha tenido como entrenador?

—«En 30 años ha habido muchas, indudablemente, pero seguramente la mayor fue en la temporada de 1978 cuando entrené a Atlanta Hawks. Recuerdo como aquella temporada el equipo era prácticamente nuevo con ocho jugadores recién fichados sobre los once que formaban la plantilla. Eramos el equipo más joven y el que menos ganaba al principio, pero conseguimos llegar a los playoffs. Fue emocionante porque logramos jugar un basket total; logramos utilizar a diez jugadores en cada cuarto y hacíamos presión a toda pista y a tres cuartos durante 48 minutos en cada partido. Todos decían que era imposible mantener aquel ritmo, pero lo conseguimos y en 1978 cambiamos la filosofía defensiva de la NBA».

—¿Y el mayor disgusto?

—«Seguramente cuando me despidieron de Atlanta unos años des-

pués. En este momento aprendí una gran lección: que los entrenadores no somos nadie. Yo cogí al equipo en una situación lamentable, habían perdido más de 50 partidos en las últimas tres temporadas; pues bien, le di la vuelta al equipo, desarrollé el talento de varios jugadores que lograron jugar el All Star Game, me eligieron entrenador del año, estaba en el momento más importante de mi carrera y me echaron simplemente porque me puse muy duro con el asunto de las drogas. Debido al éxito y al dinero, tenía muchos jugadores metidos en el mundo de la cocaína y tuve que tomar una decisión. No hice como muchos que dieron la espalda al problema, y me opuse. Ahí descubrí que el entrenador no cuenta nada. El club siempre escoge a los jugadores por encima del entrenador. Tuve que dejarlo y estar un año sin entrenar».

—Usted entrenó en uno de los equipos más difíciles de dirigir, New York, y a pesar de las críticas realizó un buen trabajo hasta que se hartó y se fue. ¿Por qué es tan difícil entrenar en New York?

—«No hay ningún equipo que tenga más de tres diarios que sigan sus actividades cotidianas. En New York hay seis que diariamente y en profundidad dan información sobre los Knicks. La presión para competir entre ellos crea un clima nada propicio para el equipo. El éxito del equipo no tiene ninguna importancia y lo que sí cuenta es el sensacionalismo diario, escribir algo en contra del equipo, del general manager, de los jugadores y principalmente contra el entrenador. Lo que más importa es dividir a los jugadores y que acaben peleándose entre ellos y todo porque los directores de estos diarios no quieren artículos «rosas» sino algo que «caliente» al ambiente. Así, si un jugador no está muy contento siempre encuentra quien, de forma anónima, le ofrece espacio para desahogarse. Al día siguiente vienen preguntándote que opinas de lo dicho y tú debes responder sin saber quien ha sido el

“

El día que volvió Michael Jordan a la NBA se volvió a encender la luz. Ahora con él en la cancha todos quieren jugar para demostrar que pueden ser mejores, y digo pueden ser, porque el mejor sigue siendo él.

”

jugador que te machaca por detrás. Esto, reconozco, es muy divertido para leer, pero para los que estamos trabajando no es nada placentero. Te crea una presión tal que acabas yéndote. Esto le pasa a todos los entrenadores de cualquier deporte que trabajan en New York: nadie se libra de esta forma del periodismo. Pat Riley, siendo quien es y en su cuarto año, es el punto de mira de todos y no creo que aguantará mucho más (esta entrevista se realizó en abril. Riley se «largó» de los Knicks al acabar la temporada harto de la ciudad y de sus periodistas, entre otras cosas). Te das cuenta que la venta de los periódicos es mucho más importante que el respeto a los jugadores o a lo que estás haciendo. Es insostenible».

—¿A qué se debe la gran convulsión que ha suscitado la vuelta de Jordan?, ¿ha vuelto el mito?

—«Jordan nunca fue un mito es una leyenda, es el mejor jugador que jamás haya jugado en nuestro deporte. Es el mejor en ataque y el mejor en defensa. Además tiene otras virtudes como la de estar siempre disponible para la gente joven, su imagen es impecable y juega fuerte siempre que está en la pista. Cuando él se retiró, la NBA quedó como

“

En New York el éxito del equipo no tiene ninguna importancia y lo que sí cuenta es el sensacionalismo diario. La venta de los periódicos es mucho más importante que el respeto a los jugadores o a lo que estás haciendo.

”

“

El jugador que llega es porque, por encima de todo, se sacrifica, además de tener un mínimo de talento.

”

“

Es tanto el respeto que tengo para los entrenadores que asisten a un clínic que no me veo capaz de dar charlas teóricas sobre algo en lo que no creo. Nunca explico algo que yo no haya utilizado.

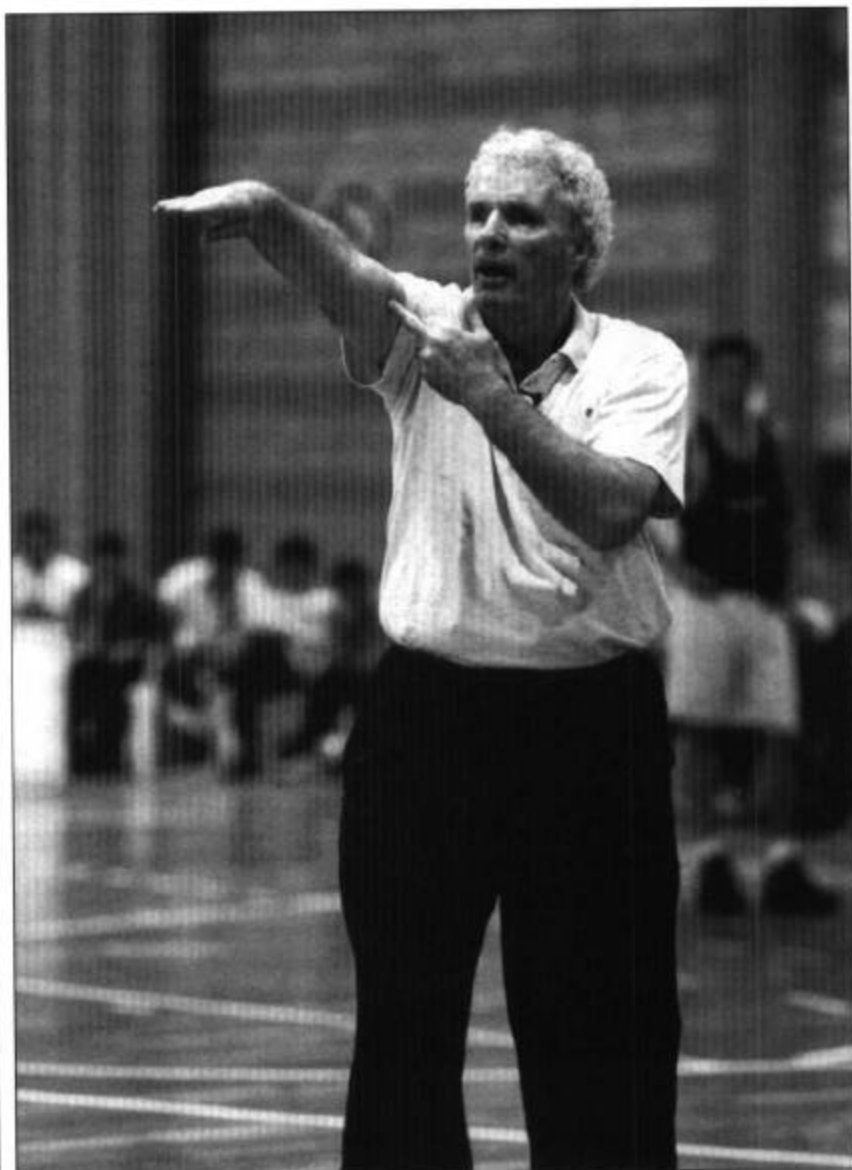
”

paralizada; ya no quedaban grandes equipos y ningún jugador legendario, y quedamos a la espera que las nuevas superestrellas entre comillas, que lo son por lo que cobran pero no por lo que han conseguido o demostrado, cubrieran el hueco. Entramos en una nueva era en la que no te evalúan por lo que consigues en la pista sino por lo que ganas fuera de ella.

El día que regresó Michael se volvió a encender la luz. Para que te hagas una idea, el mismo día las seis empresas de productos que tiene a Jordan como personaje/imagen tuvieron un alza en sus acciones del orden de los 200 millones de dólares. Esto es algo que nunca nadie había conseguido. Esto pasa cuando hay una guerra, pero se ha demostrado que la vuelta de Jordan ha sido algo mucho más importante que una guerra. Ahora con él en la cancha todos quieren jugar para demostrar que pueden ser mejores, y digo pueden ser, porque el mejor sigue siendo él.

—¿Cómo descubre el talento en un jugador en formación?

—«Ciñéndome a mi país, lo primero que veo es si el jugador es entrenable y en segundo lugar si tiene buenos hábitos de trabajo. La explicación es lógica. En Estados Unidos hay cinco jugadores de gran talento por cada uno que entra en las universidades o en la NBA. La única diferencia es que los cinco talentos los encuentras en los playground y ahí se quedan por culpa de las drogas. Estos jugadores no pueden tener buena disposición al trabajo si toman alcohol o drogas. El que llega



es porque, por encima de todo, se sacrifica, además de tener un mínimo de talento».

—¿Cómo prepara los clínicos?

—«Por norma nunca explico algo que yo no haya utilizado o experimentado personalmente en cualquier puesto de trabajo donde estuve. Es tanto el respeto que tengo para los entrenadores que asisten a los clínicos que no me veo capaz de dar charlas teóricas sobre algo en lo que no creo. Por ello todo lo que expongo es fruto de la experiencia directa».

—¿El poder de observación es muy importante para un entrenador?

—«Ciertamente. Yo creo que los entrenadores que logran estar muy

arriba, en la élite del basket, los que se convierten en grandes maestros, tiene la capacidad de visionar y fotografiar con los ojos todos los ejercicios y lo que pasa en los partidos y retienen cada detalle. Los que tienen esta capacidad no necesitan esperar hasta el final del partido y ver la cinta de vídeo para darse cuenta de las cosas. Ellos lo ven mientras la acción está sucediendo y tienen la habilidad de corregir todo error».

—Por lo que hemos observado, usted es una persona muy rígida en sus enseñanzas, pide la máxima atención en todo lo que hace; ¿conoce la palabra tolerancia?

—«No es un problema de toleran-



cia sino de profesionalidad. Cuando tú me contratas, esperas que yo sea el mejor sino no me pagarías. Si yo viniera sin preparación y no diera lo mejor de mí mismo nunca tendrías lo mejor de mí. Esto es lo que llamo autoestima, amor propio.

Vengo de una familia humilde y gracias a los esfuerzos de mi padre pude ir a la universidad, pude estudiar y alcanzar lo que he conseguido; nadie me ha regalado nada. Recuerdo que mi familia siempre vivió en un piso, nunca lo pudimos hacer en una casa. Nunca tuvimos teléfono ni coche, pero a pesar de todo ello creo que mi padre era la persona más grande del mundo. Mi filosofía, mi forma de ser nace de él, de como era. Recuerdo una vez -y aquí se le humedecen los ojos de la emoción- que mi padre perdió su empleo de

capataz en los muelles al acabar la segunda guerra mundial. Llevaba 19 años en el puesto y fue un golpe muy duro. Estuvo siete meses dando vueltas para encontrar un trabajo y finalmente lo consiguió como conserje en la misma escuela que yo frecuentaba; le pagaban 50 dólares a la semana. Fue entonces cuando me dijo: «siempre recuerda que estás medio paso lejos de la calle, y por ello nunca des menos del cien por cien».

El basket me lo ha dado todo, me ha permitido viajar por todo el mundo, un nivel de vida que nunca pensé tener, por ello yo creo en dar, en devolver, y en este caso pienso que debo darlo todo para ayudar a los entrenadores a evitar los errores que yo tuve. Así que no hago nada que sirva para que vosotros perdáis el tiempo.

Si yo viniera pasando de todo, tú no pones atención y el jugador tampoco y yo no puedo explicar mi tema. Por ello cuando yo doy un clinic lo hago como si dirigiera un partido. Si no escuchas te pediré que marches porque para mí esta es mi aula. Yo le debo a la AEEB una hora y cuarto por tres veces de información, la mejor que puedo dar, que funcione. Luego puedes tomarla o no hacer caso, pero por lo menos sabrás porque funciona o no funciona».

—¿Qué le parece el basket europeo?

“

Los jugadores europeos tienen tamaño, altura, son buenos tiradores, son jugadores que quieren aprender, que son trabajadores, pero hay algo que no se puede inventar, y es la rapidez y la capacidad de salto.

”

—«No tengo muchas oportunidades de ver en acción a jugadores europeos, pero por lo que he podido ver hay una diferencia clara entre el basket continental y el americano: la rapidez. Esta es la gran diferencia y los entrenadores poco pueden hacer para mejorar esto. Los jugadores americanos, en su mayoría de raza negra, tienen mayor capacidad de salto y una rapidez superior. Por ejemplo, todos han visto al Dream Team, al verdadero: el de Barcelona. La mayoría de sus puntos (un 75%) vinieron de la transición; ¿por qué?. Por la rapidez. Después venía el poder físico, la técnica, etc., pero antes que nada la velocidad y la rapidez en todas sus acciones.

Los jugadores europeos tienen tamaño, altura, son generalmente muy buenos tiradores, incluso mejor que los americanos, son jugadores que quieren aprender, que son trabajadores, pero hay algo que no se puede inventar, y es la rapidez y la capacidad de salto».

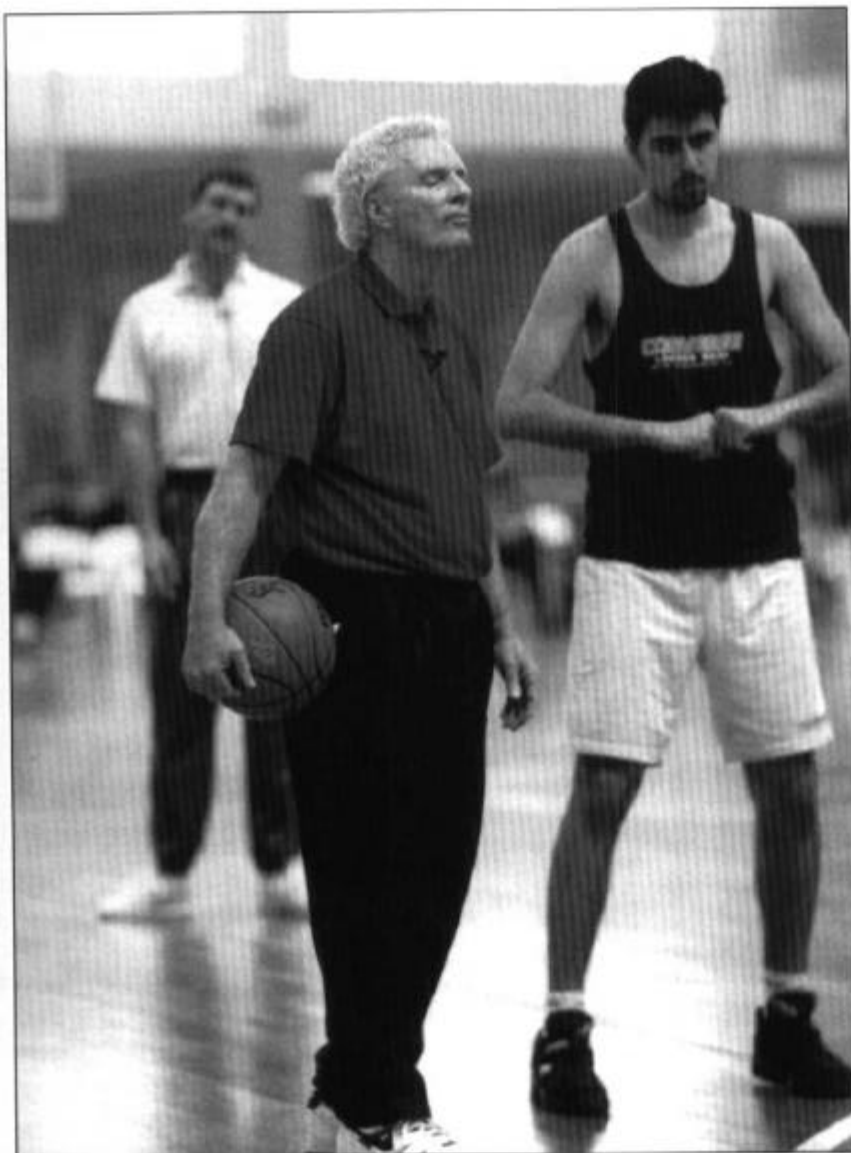
—En el basket europeo hay muchos jugadores que saben jugar 1c1 con el balón en las manos, pero cuando no lo tienen son jugadores pasivos; ¿qué tipo de trabajo se puede realizar para que los jugadores aprendan o entiendan la importancia del juego sin balón?

—«Esta es una pregunta que se hacen también en Estados Unidos. Está claro que el jugar sin balón no es sólo una condición técnica sino, y creo yo, sobre todo mental. El basket es un juego rápido pero no exento

“

El basket me lo ha dado todo, por ello yo creo en dar, en devolver, y en este caso pienso que debo darlo todo para ayudar a los entrenadores a evitar errores que yo tuve. Así que no hago nada que sirva para que vosotros perdáis el tiempo.

”



de reflexión, de aportación personal. Los jugadores que saben pensar mientras juegan, conscientemente o inconscientemente, son los que verdaderamente tienen talento. En mi país hay muchos jugadores con talento pero siempre escojemos al chi-

“

El basket es un juego rápido pero no exento de reflexión, de aportación personal. Los jugadores que saben pensar mientras juegan son los que verdaderamente tienen talento.

”

co que sea más entrenable, que pueda asimilar mejor los conocimientos. No creo que haya al respecto soluciones mágicas. Se trata de tener paciencia por parte del entrenador y saber transmitir los conceptos básicos y sobre todo el cómo realizarlos; luego será la capacidad del jugador la que le convertirá en un buen elemento. Repito, esto no tiene una solución simple, sobre todo se basa en mucho trabajo y mucha paciencia».

—¿Por qué le gusta tanto dar clinic, conferencias...?

—«Yo soy en primer lugar un maestro. En la high school yo era entrenador no sólo de basket sino también de fútbol y de baseball. Esto te da

“

He descubierto, como entrenador profesional, que los únicos equipos que disfrutan son los que ganan, y los que disfrutan y no ganan suelen echar al entrenador.

”

una oportunidad de ampliar tus conocimientos y luego una voluntad de transmitirlos. Pues bien, esta voluntad nunca la he perdido y es una forma de considerarme útil sobre todo ahora que mi actividad profesional como entrenador es nula».

—¿Cómo es Hubie Brown?

—«Soy muy exigente, en ocasiones demasiado exigente. Pero he sido siempre así y ahora es un poco difícil cambiar. Lo he sido como entrenador, exigiendo siempre al máximo de mis ayudantes y de mis jugadores. Quizás algunos han llegado a pensar que he sido excesivamente exigente y que a lo mejor en mis equipos no se disfrutaba mucho, pero yo he descubierto como entrenador profesional que los únicos equipos que disfrutan son los que ganan, y los que disfrutan y no ganan suelen echar al entrenador».

—¿Estaría dispuesto a volver a entrenar en la NBA?

—«Después de 30 años de entrenar lo dejé y enseguida recibí una oferta de comentarista en televisión. Ahora llevo 5 años como comentarista de la CNN, tengo un muy buen contrato y mucha motivación en este trabajo, por lo que difícilmente volvería a entrenar. Además ahora tengo algo que antes no tenía: tiempo y libertad de hacer lo que me gusta. Si no tuviera esas dos condicionantes a mi favor seguramente estaría entrenando, pero actualmente puedo disponer de lo mejor de los dos mundos porque puedo enseñar y por primera vez en mi vida tengo tiempo libre, y además estoy dentro del basket, viviéndolo en directo. No puedo pedir más». □



Revista Oficial FIBA BASKET

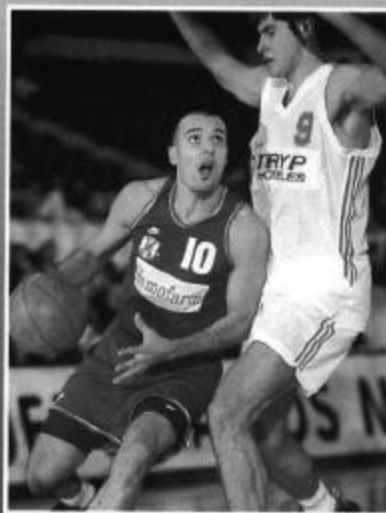
Indispensable para que los entrenadores
estén al día sobre la Liga
ACB y el baloncesto internacional.



En España, FIBA BASKET incluye además el Suplemento Especial "ACB BASKET", un completo análisis sobre la liga española, con toda la información que genera mensualmente nuestra competición. Estadísticas, artículos de opinión, entrevistas y reportajes a los protagonistas de la Liga ACB, y sobre todo, la sección "Desde el banquillo", realizada en colaboración con la A.E.E.B. y que ofrece la mas completa información sobre el mundo de los entrenadores.



Con sus siete ediciones por toda Europa, FIBA BASKET es la revista de baloncesto de mayor difusión y ventas en nuestro continente. Con informaciones puntuales sobre todas las competiciones, entrevistas con los jugadores y entrenadores mas destacados, y una especial atención a la NBA.



¡ATENCIÓN!

Consigue una suscripción gratuita por un año (11 números) a la Revista Oficial FIBA BASKET. Infórmate en las oficinas de la A.E.E.B. c/ Jorge Juan, 82, 5º, 1ª. 28009 Madrid. Tel.: (91) 575 35 65. Fax: (91) 577 50 73



Llegarás a Manhattan *Con* 1 hora de adelanto.

Porque aterrizando en New York-Newark se ahorra tiempo en trámites y se llega a Manhattan 1 hora antes.

Volarás gratis *Con* acumulación de millas.

Porque el Programa OnePass permite acumular más millas de descuento cuanto más frecuentemente vuelas.

Dispondrás de 135 conexiones *Con* Estados Unidos.

Porque Continental tiene más de 135 conexiones diarias con USA, México y el Caribe desde su propia terminal.

Volarás en Primera *Con* tarifa Business.

En BusinessFirst de Continental. En asiento electrónico totalmente reclinable, con vídeo-sistema personal incorporado.

Volando a Nueva York *Con* Continental.

La Compañía Aérea con más salidas diarias desde Nueva York.



Con
**Continental
Airlines**



LA LINEA INTELIGENTE.