

Transición Ofensiva  
Organizada

Detalles  
Tácticos

Sistema para un  
Tirador

LUIS  
CASIMIRO:

"Cuando no puedo entrenar  
me vuelvo loco"



# Si te gusta el baloncesto...

## hazte socio de la AEEB...

### no te quedes en el banquillo



### y disfruta de las ventajas



**SEMANA  
DE  
ENTRENAMIENTO**



**SEMINARIOS  
Y  
CLINICS**



**ASESORIA  
JURIDICA**



**ACCESO A  
PARTIDOS  
DE ÉLITE**



**MUJER  
ENTRENADORA**



**Y MAS...**



**ASOCIACION ESPAÑOLA DE ENTRENADORES DE BALONCESTO**

web: [www.aeeb.es](http://www.aeeb.es) - mail: [aeeb@aeeb.es](mailto:aeeb@aeeb.es)

# CONTENIDOS

# aeeb

EDITORIAL

4

JM<sup>a</sup> Gavaldá



DEFENSA B  
DIRECTO  
LATERAL (II)

5

Sergio  
Scariolo



TRANSICION  
OFENSIVA

08

Marcelo  
Nicola



DETALLES  
TACTICOS

11

Lucas  
Mondelo



ACTIVIDADES

16

AEEB



CTTQ EN  
FORMACION

21

Ramón  
Reigada



JUEGO LI-  
BRE POR  
CONCEPTOS

26

Jose Luis  
Cubillo



SISTEMA  
PARA UN  
TIRADOR

30

Pere Romero



ENTREVISTA  
LUIS  
CASIMIRO

33

Fernando  
Martín





Juan Mª Gavaldá  
Presidente AEEB

### Edición

AEEB

### Distribución

Gratuita para los socios

### Colaboración

Sergio Scariolo, John Vázquez, Marcelo Nicola, Lucas Mondelo, Ramón Reigada, Jose Luis Cubillo, Pere Romero y Fernando Martín

### Fotos

Revista Gigantes/Archivo ACB/Archivo FEB/FIBA

### A.E.E.B.

Redacción y Publicidad:

Fernán González, 18 - bajo dcha - 28009 MADRID

TLF: 91 575 35 65 - 91 575 21 81 -

FAX 91 577 50 73

E-mail: aeeb@aeeb.es - Web: www.aeeb.es

Facebook: Asociación Española de Entrenadores de Baloncesto-AEEB

Twitter: @aeebtweets

Depósito Legal: M-26999-1988

ISSN: 0214-2635

(c) 2015 A.E.E.B. Reservados todos los derechos. Prohibida la reproducción total o parcial sin la autorización de la A.E.E.B.



## “Gracias Coach Popovich”

No es habitual en estas editoriales referirme a persona o acontecimiento puntual concreto. Sin embargo debo ser agradecido y voy a escribir unas líneas que tienen que ver con un entrenador que destaca por sus logros deportivos, pero que me ha mostrado un grado humano por encima de lo normal.

Gracias coach Popovich por el trato que has dado a la expedición de entrenadores que han viajado a San Antonio con la AEEB. Nos hemos sentido tan bien tratados que se nos va a hacer difícil no convertirnos en seguidores permanentes de los Spurs. Desde nuestro viaje yo, y sé que otros compañeros también, no me he perdido ninguno de los partidos que han jugado desde entonces y he podido ver como los detalles técnicos que nos explicaste se llevan adelante con proyección milimétrica.

Qué decir de aquella cena que dispusiste de forma privada entre tú y todo nuestro grupo. Íntima, acogedora, humana. Hablamos, tal y como nos pediste, de todo menos de baloncesto. Eso enriqueció las casi tres horas, de una forma envolvente, de afecto y generosidad.

Tenías preparados para el siguiente día dos horas de baloncesto a todo nivel en tu sala de “formación” que utilizas para con tus jugadores. Tuvimos tus respuestas a todo aquello que nuestros entrenadores te hicieron llegar. Temas de tu equipo, sin secretos, acompañando con los gráficos explicativos necesarios en esa pizarra, que si hablara y nos mostrase todo lo que se ha escrito en tus años en los Spurs ... Temas de la NBA en general sin tapujos ni oficialismos. Temas sobre baloncesto europeo y tu especial aprecio para los entrenadores de nuestro continente por su tremenda capacidad de fabricar jugadores, “perfectos”, para como tú concibes este juego. Temas sobre detalles técnicos y tácticos de todo nivel, incluso aspectos que tú utilizarías sin ninguna duda en la formación de niños y jóvenes jugadores. Y más.

Fue un autentico Master en Basketball. Todos salimos empapados de tus enseñanzas. Aquellos que vinieron y están entrenando nunca volverán a ver el juego como lo veían antes del viaje. Los que ya no entrenamos, como es mi caso, sólo nos queda explicar de todas las maneras posibles lo que hemos aprendido.

Has de saber, apreciado coach, que cuando salimos de las sesiones personales contigo y las que tuvimos con los miembros de tu staff (Ettore Messina, Jim Boylen, Chad Forcier, Becky Hammon, Xavi Shelling), además de los varios entrenamientos que nos permitiste presenciar, nuestros entrenadores viajeros se quedaban diez o quince minutos en la zona privada de vuestro parking debatiendo sobre lo tratado, escenificando posiciones de juego sobre el terreno, alternando opiniones y en definitiva creciendo como entrenadores.

Solo puede haber un par de palabras para definir nuestra sensación de estos días: GRACIAS COACH

## SUMARIO

- 05 **Defensa del Bloqueo Directo Lateral (II) / Side Pick and Roll Defense (II)** por Sergio Scariolo
- 08 **Transición Ofensiva Organizada** por Marcelo Nicola
- 11 **Detalles Tácticos de las Selecciones de Formación** por Lucas Mondelo
- 16 **Actividades AEEB**
- 21 **Juego de Contraataque en Categorías de Formación** por Ramón Reigada
- 26 **Juego Libre Por Conceptos. Cuatro Abiertos y Un Interior** por Jose Luis Cubillo
- 30 **Sistema para un Tirador** por Pere Romero
- 33 **Luis Casimiro: “Cuando no puedo entrenar me vuelvo loco”** por Fernando Martín





Sergio Scariolo

Scavolini Pésaro, Teamsystem Bologna, Tau Vitoria, R. Madrid, Virtus Bologna, Unicaja Málaga, BC Káimlí, Armani Milano y Laboral Kutxa son algunos ejemplos del abanico de grandes clubes que ha dirigido. 2 Campeonatos de Europa con la Selección Española -Polonia '09 y Lituania '11- y una Plata Olímpica -Londres '12- acompañan en su palmarés a dos Ligas ACB -'00 y '06-, una Lega italiana -'90- y dos Copas del Rey -'99 y '05.



Traducción: John Vázquez

Colaborador habitual de la Revista Clinic, consultor e intérprete.

## DEFENSA DEL BLOQUEO DIRECTO LATERAL (II)

Continuando con el desarrollo de este artículo vamos a poner nuestra atención sobre un caso especial: cuando hay poste alto.

### CON POSTE ALTO

En este caso la comunicación es también muy importante. Debemos hablar para que sea el defensor más grande el que se quede debajo del aro para poder saltar a la continuación de 5 (Gráfico 07). X3 y X4 cambian posiciones.

En caso de que haya dos jugadores en el lado débil y uno en el fuerte, la idea se mantiene. Queremos que sea x4 quien defienda al jugador de la esquina para que sea él quien defienda la continuación de 5.

Volviendo al caso de tres abiertos en el mismo lado, si 1 insiste en atacar el centro y 5 continúa por detrás de él, X2 -desde una posición de ayuda dentro de la zona- debe fintar al balón con mucha actividad pero sin darle la espalda a su hombre, ya que no queremos conceder un tiro abierto sencillo (Gráfico 08). Mientras, X5 mantiene su trabajo con una mano arriba para intimidar. Cuando X2 percibe que es el momento adecuado, recupera a su hombre.



Gráfico 07

## SIDE PICK AND ROLL DEFENSE (II)

SPECIAL CASE: with the High Post. In this case, communication is also very important. We must talk so that the biggest defender stays under the rim in order to jump after 5 (Figure 07). X3 and X4 change positions.

In case there are two players on the weak side and one on the strong side, we keep this idea. We want x4 to defend the corner player so he can defend the continuation of 5.

Going back to the case of three open players on the same side, if 1 insists on attacking the middle and 5 continues to be behind him, X2, from a helping position inside the zone, must fake towards the ball, with a lot of activity but without turning his back on his man because we do not want to give up an easy open shot (Figure 08). Meanwhile, X5 continues his work with one hand raised in order to intimidate. When X2 realizes that it is the right time, he recovers his man.

On occasions, we prepare a variation of this defense, a more aggressive one, consisting of X5 going to a higher position and jump 2x1, along the direct screen line so that 1 cannot pick up speed, in order to get the ball. 5 could continue to the rim or the perimeter. In



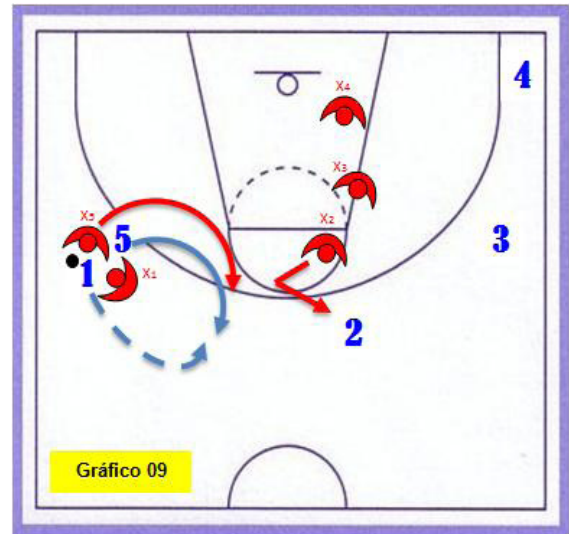
Gráfico 08

TACTICA

En ocasiones preparamos una variante a esta defensa - más agresiva- que consiste en que X5 se coloque en una posición más alta y que salte 2c1 –en la línea del bloqueo directo para que 1 no pueda coger velocidad- para atrapar el balón. 5 podría continuar hacia el aro o hacia fuera. En el caso de que se abra (Gráfico 09), X2 debe fintar al balón mientras X5 recupera. Si 2 decidiese jugar una puerta atrás serán X3 y X4 quienes la defenderán.



case he opens up (Figure 09), X2 must fake with the ball while X5 gets back. If 2 decides to play a back door, X3 and X4 will defend him.



In case 5 continues towards the rim (Figure 10), X4, the corner player's defender, is responsible for defending him. X4 comes out of the semicircle of charge and X5 recovers to play an inside 2x1. X2 and X3 will stay to defend 3 players. With 5 trapped in a 2x1, we ask X1 to anticipate the pass back to 1. If there is opposite side cut, we take him man-to-man so as to not give him an advantage under the rim. If the ball goes out to the perimeter, we rotate the defense.

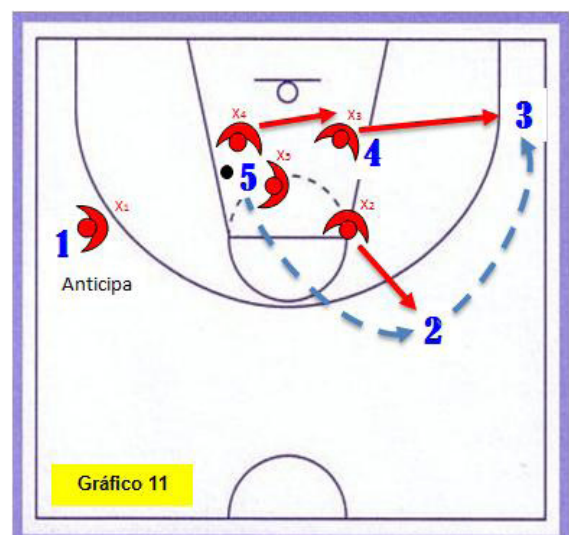
En el caso de que 5 continúe hacia el aro (Gráfico 10), X4 –el defensor del jugador de la esquina- es el responsable de defenderle. X4 sale fuera del semicírculo de carga y X5 recupera para hacer 2c1 interior al balón. X2 y X3 se quedarán defendiendo a 3 jugadores. Con 5 atrapado en un 2c1, pedimos a X1 que anticipe el pase de vuelta a 1. Si hay un corte del lado contrario lo cogemos hombre a hombre para no dar una ventaja debajo del aro. Si el balón sale a la línea exterior, rotamos en defensa.

We always try to get the big men to trap on the 2x1.

Siempre intentamos que sean los hombres grandes los que atrapen en el 2c1.

Si hay poste bajo en el lado contrario del balón, X3 tendrá que anticipar el pase interior a 4 y cuando salga el balón, todos recuperan (Gráfico 11),

If there is a low post on the opposite side of the ball, X3 will have to anticipate the inside pass to 4 and when the ball goes out, everyone recovers (Figure 11),



OTRA POSIBILIDAD: bloquea 4.

Si 4 es buen tirador de 3 puntos, no podemos saltar 2c1 –como en el caso anterior- y olvidarnos de él, ya que le estaríamos concediendo un tiro abierto cómo-

do. Nuestra mejor opción es que X4 haga una ayuda corta –pero sin alejarse mucho de 4- (Gráfico 12).



Si se produce un “re-bloqueo” queremos que sea hacia el fondo y entonces cambiar de hombre. En el cambio, pedimos a X1 que intente anticipar el pase de 1 a 4 (Gráfico 13).



En el miss-match de 1 con X4, intentamos mantener la pelota en la banda y si 1 penetra, nuestra primera ayuda será del hombre grande -que intentará taponar (Gráfico 14)-. Terminamos cerrando bien el rebote.

Si tras el cambio defensivo 4 continúa hacia dentro, lo cogerá sistemáticamente X5, mientras X1 rotará para defender a un jugador exterior (Gráfico 15).

En el caso de que 4 continúe a 4 metros para recular y jugar 1c1 interior, le defenderá X5 y X1 se irá. Si 4 jugara hacia fuera, X1 se quedaría con él.

ANOTHER POSSIBILITY: Screen 4.

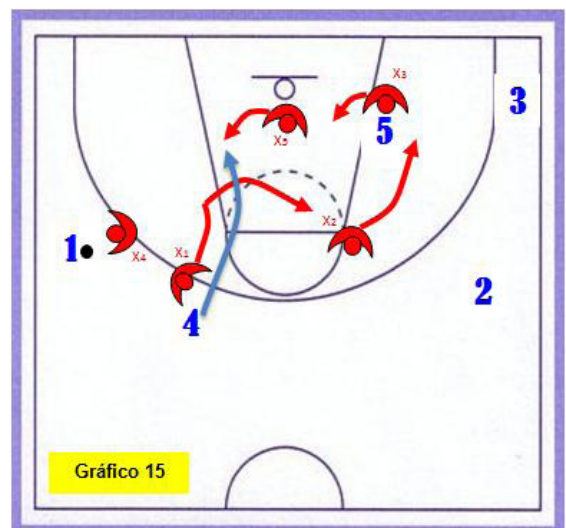
If 4 is a good three-point shooter, we cannot jump 2x1, as in the previous case, and forget about him because we would be allowing him an easy open shot. Our best option is that X4 helps out close by but without getting too far away from 4 (Figure 12).

If there is a ‘re-screen’, we want it to be towards the baseline and then switch your man. In the switch, we ask X1 to try to anticipate the pass from 1 to 4 (Figure 13).

In the miss match of 1 with X4, we try to keep the ball along the sidelines and if 1 penetrates, our first help will be from the big man, who will try to block the shot (Figure 14). We finish by closing out the rebound well.



If, after the defensive switch, 4 continues to drive inside, X5 will take him systematically while X1 will rotate to defend a perimeter player (Figure 15). In case 4 continues to be 4 meters away in order to go back and play an inside 1x1, X5 will defend him and X1 will go away. If 4 plays towards the perimeter, X1 will stay with him.



TACTICA



**Marcelo Nicola**

*Técnico argentino cuya carrera como jugador y entrenador está muy vinculada a Europa. Como jugador militó entre 1989 y 2006 en el Caja Laboral, Panathinaikos, FC Barcelona, Benetton y Montepaschi entre otros equipos. En su carrera como técnico destaca su paso por la Benetton de Treviso (2007), el BC Jstrana (2011-2012) y el CB Murcia de la Liga Endesa (2012-2014).*

**TACTICA**

## TRANSICION OFENSIVA ORGANIZADA

Desde mi punto de vista, en el baloncesto moderno es necesario el juego de ataque en transición, o el llamado “llegar jugando”.

Esta claro que se hace muy complicado jugar todo un partido contra una defensa 5c5 en medio campo, sin conseguir canastas “fáciles” en contraataque o en transición que puedan ayudar al ataque a coger a la defensa en posiciones no del todo organizadas y/o preparadas.

Personalmente, me gusta utilizar la situación de transición que os paso a explicar, porque nos da muchas opciones diferentes,

en base a la lectura de las situaciones o en base a lo que nosotros decidamos que queremos hacer.

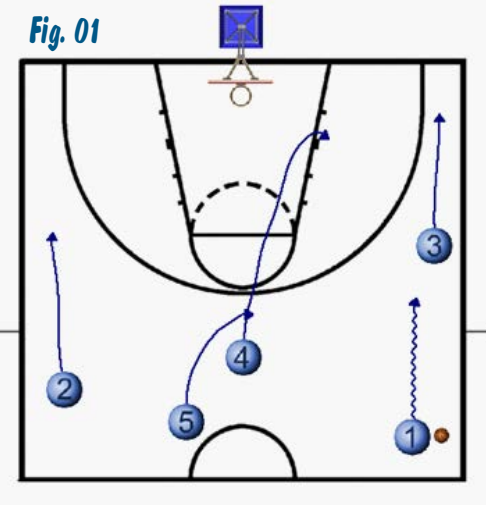
También en base a las características de nuestros jugadores.

Lo primero es nuestra posición de llegada, en la que sin duda pueden cambiar las posiciones entre los pivots y entre los aleros, dependiendo de cómo lleguemos en la transición.

La situación que se ve (figura 1) es la ideal, pero pueden estar invertidos 4 y 5, y también 2 y 3. O incluso con 1 si tenemos un escolta capaz de subir el balón y eso hace que la llegada al ataque sea más rápida y dinámica. Esto es muy importante, que la llegada sea DINÁMICA para poder coger a la defensa en

MOVIMIENTO LLEGANDO y en VELOCIDAD.

**Fig. 01**



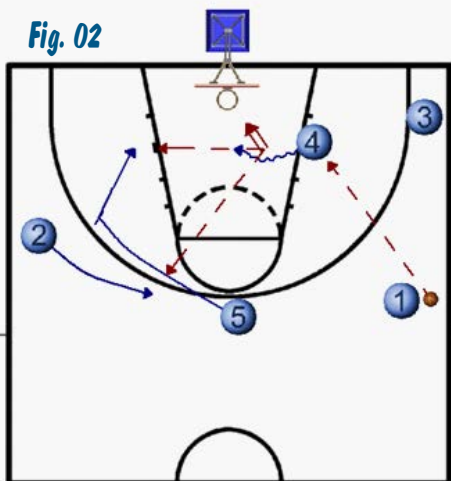
Es importante también la velocidad de llegada de los hombres altos, sea del primero al poste bajo como del segundo para el cambio de lado del balón.

Si es posible, intentamos dar el balón en el poste bajo directamente al primer hombre alto que llega. Para atacar 1c1 o para crear una si-



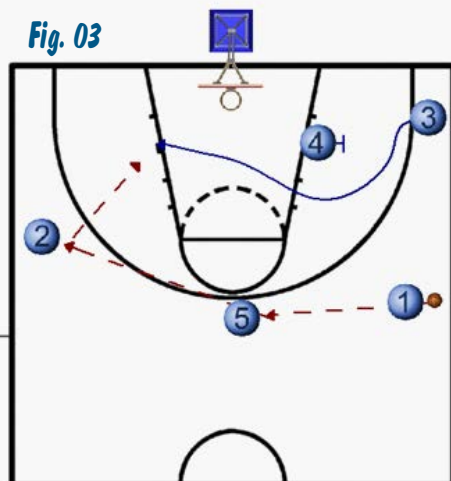
tuación de ventaja en el lado contrario, con bloqueo del segundo pivot al alero (figura 2).

Fig. 02



Si esto no hubiese sido posible, cambiamos de lado para un corte de flex del alero, e intentamos dar el balón al poste bajo (figura 3). Claramente intentamos aprovechar esta situación de 1c1.

Fig. 03



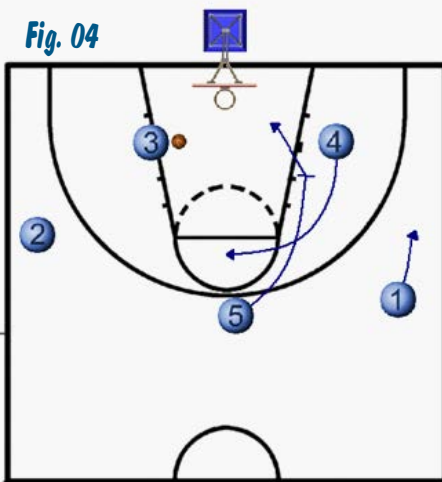
Una vez el balón llega al alero en el poste bajo (o incluso si está anticipado y el balón lo tiene el otro escolta/alero abierto después del cambio de lado inicial) podemos utilizar diferentes opciones para mover el lado contrario.

- Podemos hacer un bloqueo vertical entre pivots (ideal si 5



bloquea a 4 para que éste salga a la línea tiro libre o incluso a la línea de 3 puntos para tirar, y 5 coja una posición interior cerca de canasta - figura 4).

Fig. 04

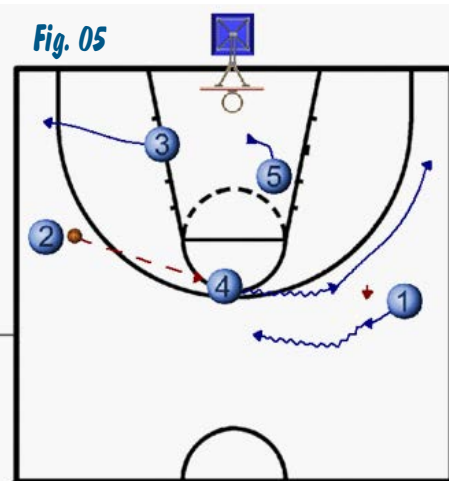


En este caso también tendremos que trabajar el posible cambio defensivo entre pivots, lo que intentaremos "castigar" haciendo que nuestro pivót interior coja la posición cerca de canasta. Otro modo de hacerlo es que el pivót que va a bloquear bloquee a su propio defensor para que no pueda salir a negar sobre el que ha recibido el bloqueo.

Si el balón es pasado al pivót que se abre (sea 4 ó 5) podemos continuar cambiando de lado para un bloqueo y continuación

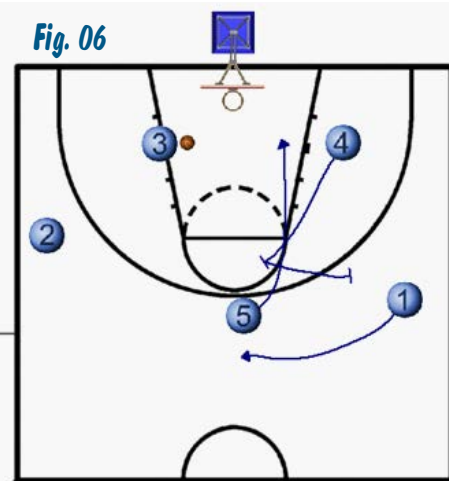
con 1, o incluso mejor con un mano a mano dinámico que siempre nos crea ventajas importantes (figura 5).

Fig. 05



- Podemos hacer un bloqueo ciego entre los pivots, más un bloqueo al lado contrario para el base (figura 6).

Fig. 06



TACTICA

Más luego una situación de bloqueo y continuación central con cualquiera de los dos hombres altos (yo preferiría en este caso que el bloqueo lo efectuara el 5 y el 4 se abriese en la línea de tres puntos - figura 7).

En este caso, siempre llegando de manera dinámica y sin pararnos, haremos un bloqueo y continuación lateral. En esta situación tendremos ventaja, ya que el defensor del hombre alto estará -como decíamos- negando el cambio de lado, por lo que estará en una situación de desventaja para poder efectuar la ayuda sobre el hombre con balón en la acción de bloqueo directo.

Igualmente, haremos en la línea de fondo el corte de flex del alero, más luego un bloqueo entre pivots.

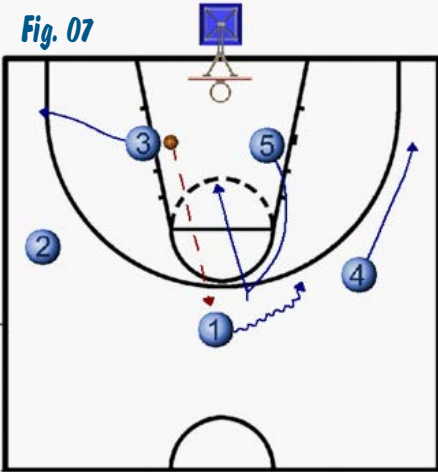
Como habéis visto es una situación que nos da muchas opciones y posibilidades.

Esta clarísimo que es muy importante que la LLEGADA sea DINÁMICA y en VELOCIDAD, para coger a la defensa en una situación de dificultad.

¡Pero lo más importante de todo es la ejecución! El modo de efectuar los bloqueos y los cortes para poder crear ventajas importantes.

Creo que más allá de “EL QUÉ SE HACE” es importante “EL CÓMO SE HACE”.

Fig. 07



- Podemos también hacer dos bloqueos al lado contrario (figura 8).

Fig. 09

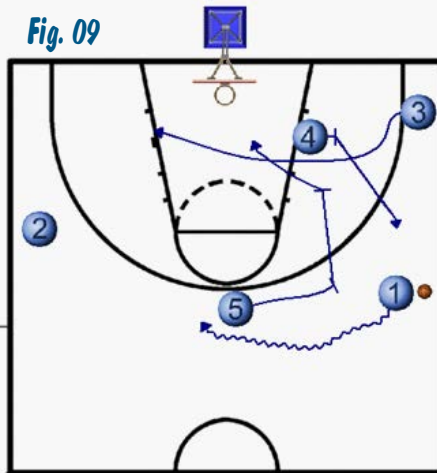
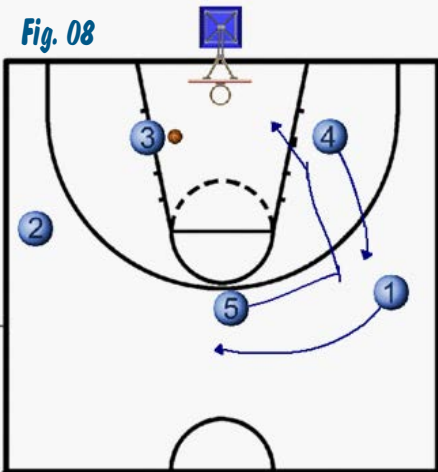


Fig. 08



Por último, os muestro (figura 9) qué podemos hacer en caso que nos nieguen el cambio de lado en el inicio, que es una situación que nos encontraremos si jugamos en un nivel en el cual el equipo rival realiza “trabajo de scouting”, ya que negar el cambio de lado es una posible manera de ROMPER la transición.





Lucas Mondelo

*Impresionante currículum: con la Selección Absoluta Fem de España ha sido Plata Mundial en Turquía 2014 y Oro Europeo en Francia 2013 (además del Oro Europeo en 2011 con la U20 en Serbia, la Plata en el Europeo 2010 de Francia con la U20 y la Plata Mundial 2009 con la U19 en Tailandia). A nivel de clubes más títulos: Campeón este año de la WCBA por 3ª vez consecutiva con el Shanxi Rui Flame (China), Campeón de la LFem 2012 con el Perfumerías Avenida y Campeón de la Euroliga Fem 2011 con el Ekaterimburgo (Rusia).*

## DETALLES TACTICOS DE LAS SELECCIONES DE FORMACION

Partimos de la premisa de que el jugador es lo más importante. Nuestra misión es darle todas las herramientas posibles para que explote su talento. Pienso que es más importante creer en lo que haces, que cómo lo haces (al menos en equipos con concentraciones cortas).

En las selecciones nos llegan jugadores de distintos clubes que están acostumbrados a estilos diferentes y con ellos tenemos que hacer un grupo que compita al máximo nivel. Además, en Europa es habitual que las selecciones españolas estén en inferioridad física en la mayoría de los casos.

Frente a estos problemas tenemos varias ventajas:

- Las jugadoras españolas están acostumbradas a competir desde la edad de Mini-basket (son competitivas).
- Nuestras jugadoras saben leer el juego.
- Disponemos de las mejores jugadoras del país.

Si las jugadoras rivales son más grandes, en ataque nos interesará jugar con espacios y con buenas lecturas de juego. En defensa deberemos ser agresivos y hacer el campo pequeño (obligando a las rivales a jugar hacia el lateral y hacia el fondo). En definitiva, en defensa queremos **“atacar al ataque”**.

A mí me gusta trabajar gran variedad de recursos, obligando a nuestro ataque y a nuestra defensa a tomar decisiones. De esta manera, se forman jugadoras que salen preparadas para todo.

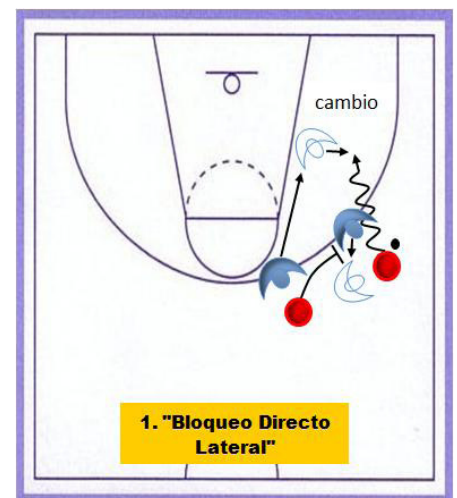
Hay cuatro claves en nuestro trabajo:

- ¿Qué haces?
- ¿Por qué lo haces?
- ¿Cómo lo haces?
- ¿Cuándo lo haces?

En una selección son más importantes los puntos 1, 2 y 4. Que las jugadoras tengan claro qué van a hacer, por qué y cuándo (ya que tenemos poco tiempo para preparar la competición). El punto 3 (¿cómo lo haces?) se trabaja más con un equipo con el que estás toda la temporada y tienes más tiempo.

DEFENSA. Creo mucho en trabajar nosotros sobre nosotros más que sobre el rival (sobre éste, únicamente algunos detalles). Quiero preparar al equipo para que si el rival nos plantea algo, estar preparados. La consigna principal es atacar al ataque.

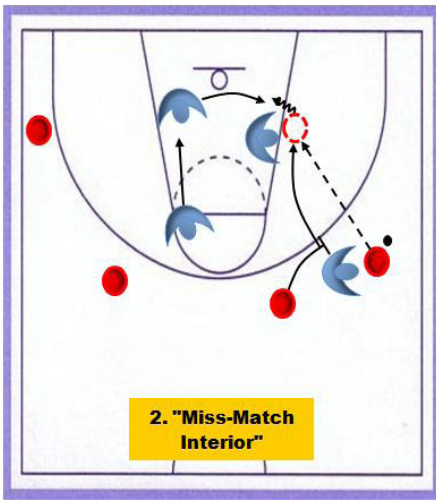
- Bloqueo lateral (Gráfico 01). Queremos hacer el campo pequeño y -si puede ser- mandar al balón hacia la banda y la línea de fondo. Como queremos tomar la iniciativa, negamos el bloqueo directo. El defensor del balón salta y niega el centro porque tiene compañeros que le protegen la espalda (todos nos movemos con el tránsito del balón, no después). Avisamos el bloqueo y el defensor del balón pivota para no separarse demasiado y conceder un tiro. Si el bloqueador cambia los pies en el último momento, entonces cambiamos de forma automática con flashes defensivos del lado débil. Nos aprovechamos de que nuestro 2, 3 y 4 son parecidos (eso hace que resulte más fácil cambiar en defensa).



En el “miss-match”, el grande debe agacharse para mantener el

equilibrio y no ser superado. Tiene que aprovechar la envergadura de sus brazos.

Si el contrario busca la ventaja en el "miss-match", dejan de jugar, de circular el balón, etc. En el caso de que el balón entre dentro, estamos preparados para hacer un "traidor" –la defensa niega el centro al balón y saltamos 2c1 desde el lado débil (Gráfico 02).



2. "Miss-Match Interior"

Si el bloqueador se abre (Gráfico 03), el defensor de arriba está preparado para ayudar con fintas (voy, no voy), sin dar la espalda a su hombre y hasta que el defensor de 4 recupera a su hombre. Creo que todo el equipo defiende el bloqueo directo.



3. "El bloqueador se abre"

A los equipos que se suicidan (botando por el lateral hacia el fondo) los ayudamos a morir ha-



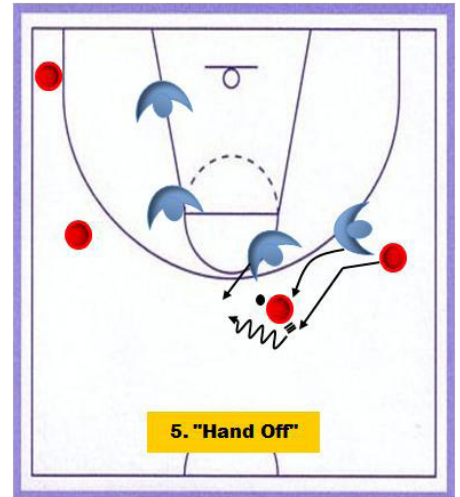
4. "El balón ataca hacia el fondo"

ciendo un trap automático (Gráfico 04), con el lado débil atento a las líneas de pase, arriesgando en la primera línea de pase exterior y al balón interior (en un 5c5 que-

daría un defensor con dos jugadores en el lado débil).

Todo pasa por un detalle muy importante: "movernos con el balón en el aire –no después- y defender el primer bote".

Si después de que se abra el pivót a tirar hay un mano a mano ("Hand Off"), el defensor del base pelea empujando con su hombro para que éste no llegue cómodamente al balón. Si llega tarde, volvemos a cambiar (Gráfico 05). Intentamos estar preparados para todo.



5. "Hand Off"

- Defensas "Confusión". Hacemos una especie de mini zona "match up". Cuando jugamos contra equipos que tienen un poste muy bueno, empezamos en defensa individual y nos ponemos en zona 2-3 a partir de un balón al poste bajo (Gráficos 06). Cuando el balón circula, el último defensor del lado contrario sube a primera línea (Gráficos 07).

Cuando quedan entre 8 y 12 segundos de posesión pasamos a ROJO (cambio automático en todo, arriesgando mucho para provocar el error).

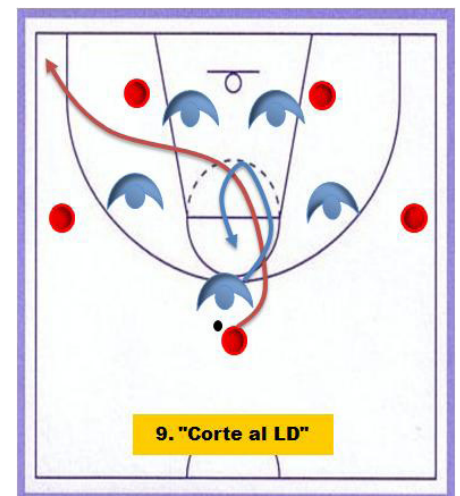
También podemos pasar a zona 3-2 ó 1-2-2 con nuestro me-





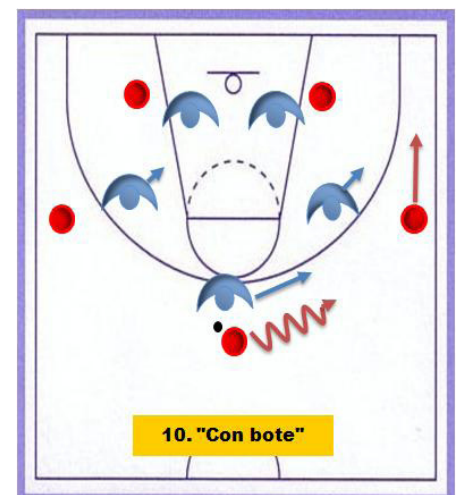
1ª. Si el centro corta al lado fuerte, seguimos el corte hasta el final y la zona pasa de 3-2 a 2-3 (Gráfico 08).

queos. Atacamos al ataque. Mantenemos la iniciativa.



2ª. Si corta al lado débil, seguimos el corte hasta la línea de pase y vuelvo a mi posición (Gráfico 09).

3ª. Si se desplaza con bote, le sigo (Gráfico 10).



El mejor defensor en punta y tres normas muy sencillas:

Los postes "zonean" siempre y cuando el ataque está avanzado, cambiamos en todos los blo-

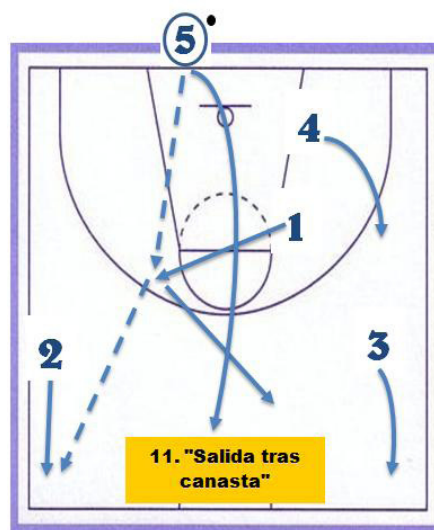


**SALIDA DEL BALON.** Es un concepto muy importante para un equipo que busca mucho el contraataque y la transición. Creo que en general se entrena poco el pase buscando la espalda.

Trabajamos la recepción con dos jugadores, 1 busca la espalda y si no recibe (como se creará mucho espacio) el otro receptor corta por delante (pero ganando metros, no en la línea de fondo).

**TRANSICIÓN DESPUÉS DE TIRO LIBRE.** Siguiendo esta idea, intentamos aprovechar que los equipos se relajan en el tiro libre y convertir una desventaja (postes pequeños) en una ventaja (utilizar la velocidad de nuestros pivots a campo abierto cuando los postes contrarios están en el rebote).

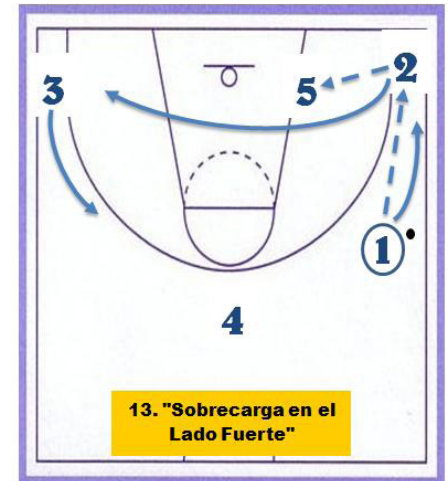
- Si el tiro libre entra, sacará el 5. El carril central lo reservamos para los pivots. El 5 en el centro –ya que al estar defendido por un jugador más grande que le flotará y la circulación será más fácil (Gráfico 11)-. Llegando, 5 invierte y corta al poste bajo. 4 le sustituye para romper con bote, tirar o invertir de nuevo. A partir de aquí jugamos un “pick and roll” o un “hand off”.



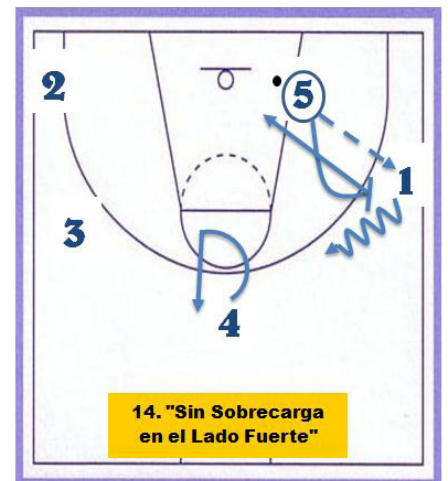
- Si el tiro libre no entra, sacan el contraataque los pivots. Normalmente el contrario no presionará el pase entre pivots, y si lo hace, pediremos a nuestro ágil 4 que drible. Atacamos siempre la línea de fondo del rival, no la nuestra (Gráfico 12).



- **LLEGADAS:** en una transición normal no es habitual llegar en sobrecarga en el lado fuerte. En una transición tras tiro libre sí pasa muchas veces. Siempre que podamos, pasamos el balón interior. Pasar y cortar (Gráficos 13).



Si 5 sacaba el balón al exterior se jugaba un pick and roll automático (Gráficos 14). 5 bloquea y continúa dentro. 4 sube. Si 5 sube un poco, 4 baja un poco.



Si no hay sobrecarga en el lado fuerte, 5 se gira para encarar y amenazar el aro. 2 se abre tras su corte. En el lado contrario hay un corte shuffle que nos da ventaja porque no hay pivots cerca del aro (Gráficos 15).

Si no hay pase al “shuffle”, el que ha cortado se abre, cambia-



mos rápidamente el balón de lado y jugamos 1c1 con agresividad (y sin ayudas de los pivots). Gráfico 16.



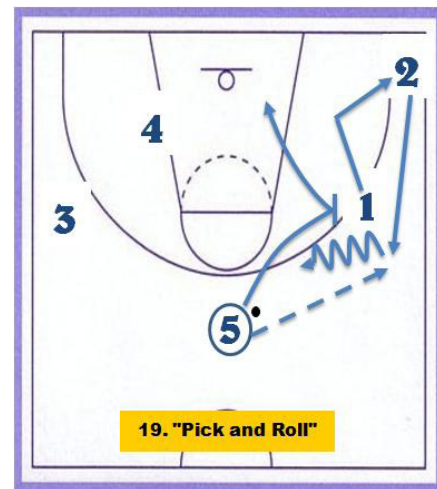
POSTE ALTO: con balón en el poste alto, invertimos el balón (en la primera acción lo buscamos siempre). La 1ª ventaja estará en el "high – low" –si el contrario no defiende la inversión-. En el caso

de que la defiendan, la 2ª ventaja estará en buscar la espalda con una puerta atrás. 1 y 2 cambian posiciones (Gráficos 17 y 18).

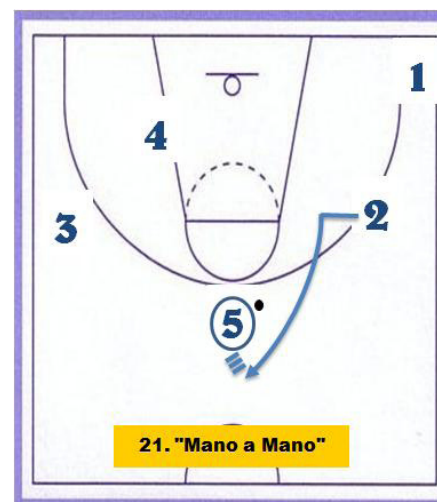


Después del "high-low" se juega una nueva inversión y un "pick and roll" con 2. 5 cae dentro en sprint para una vez allí mirar el balón (no cae mirándolo). Gráfico 19.

Si nos niegan la inversión de 5, 2 puede cortar y 1 subir (normalmente esta acción nos dará un tiro liberado). Gráfico 20.



La otra opción que tenemos es jugar un mano a mano (convirtiendo esa desventaja en una ventaja). Gráfico 21.



## Viaje USA 2015

La delegación de la AEEB, formada en esta ocasión por una veintena de entrenadores, inició en Austin (Texas) el viaje de trabajo con el que se toma anualmente el pulso al baloncesto estadounidense en sus diversas categorías, desde High School a NBA.

La Universidad de Texas (de la liga NCAA) fue la primera escala en la capital tejana. El grupo, que fue recibido por el coach Rick Barnes, mantuvo una extensa sesión de trabajo con el segundo entrenador Russell Springmann. Posteriormente se presencié el partido que enfrentó a los Longhorns locales con los Wildcats de Kansas State.

La siguiente escala fue para visitar a los Austin Spurs (el equipo de la D-League vinculado a los Spurs de San Antonio). Coach Ken McDonald se reunió con los entrenadores, quienes también pudieron disfrutar de una interesante sesión con Brian Puga, que combina las labores de General Manager de los Austin Spurs y es Director de Scouting de los San Antonio Spurs. Asimismo, se pudo asistir al partido que jugaron contra Bakersfield (equipo vinculado a los Phoenix Suns).

La segunda jornada, con el grupo ya en San Antonio, se inició con un desayuno de trabajo con Sergio Scariolo (ex seleccionador nacional de España), que formó parte de la delegación de la AEEB. En dicha sesión se abordaron diferentes temas de baloncesto nacional e internacional. El día se completó con el traslado al AT&T Center para ver jugar a los Spurs frente a los Chicago Bulls. Pau Gasol se acercó tras el partido a saludar a los entrenadores e intercambiaron impresiones sobre el encuentro y los objetivos del viaje de la AEEB.



Los días siguientes, los entrenadores de la AEEB visitaron las instalaciones de trabajo de los San Antonio Spurs (NBA), donde mantuvieron una extensa reunión técnica con Ettore Messina, que ejerce de entrenador ayudante de los Spurs. El general manager, Robert Buford, también dedicó parte de la mañana a conversar con la delegación española y explicarles el funcionamiento de esta franquicia. Para finalizar el día, el head coach Gregg Popovich compartió con la delegación de la AEEB una cena privada.



Los entrenadores españoles pudieron asistir a los entrenamientos individuales y de equipo que tuvo la plantilla. Uno de los momentos más especiales de la visita fue la sesión técnica -de dos horas de duración- que los entrenadores españoles tuvieron con el coach Popovich en la sala donde el equipo suele preparar los partidos, en la que explicó abiertamente todos los detalles por los que fue preguntado, acompañándose de imágenes y gráficos que él mismo fue dibujando en la pizarra.

## San Antonio / Austin

El AT&T Center fue de nuevo escala en la ruta del grupo para asistir al partido que enfrentó a los Spurs con los Toronto Raptors.

Antes del partido, los entrenadores de la AEEB tuvieron la oportunidad de visitar la George Gervin Academy para conocer el baloncesto base gracias al 'spring camp' que el entrenador Nevil Shed dirige en coordinación con los San Antonio Spurs.

El tramo final del viaje siguió muy vinculado a la actividad diaria de los Spurs. Se empezó la jornada manteniendo diversas reuniones técnicas con su staff. Becky Hammon, entrenadora ayudante del equipo, explicó su experiencia en ser la primera mujer en llegar a ese puesto en la NBA. Seguidamente intervino Chad Forcier, entrenador encargado del desarrollo individual de los jugadores. El español Xavi Schelling nos habló de su trabajo dirigiendo el departamento que aplica las tecnologías más punteras de las Ciencias del Deporte.



Con la visita a la Sunnybrook Christian Academy se tuvo la oportunidad de seguir conociendo el baloncesto base. Pudimos presenciar un entrenamiento de los Lions dirigido por el coach Derick Banks.

La última jornada se inició asistiendo al interesante entrenamiento matutino que los Spurs tuvieron para preparar el partido que horas después jugarían contra los Cleveland Cavaliers de LeBron James. El grupo de entrenadores AEEB pudo ver de primera mano cómo se ajustaban los detalles tácticos para el partido de la tarde.

El viaje, que también ha incluido visitas turísticas a lugares emblemáticos de la ciudad, como son El Alamo, la Misión San José, o el Riverwalk, ha constituido una experiencia de gran valor al haber aprendido de primera mano el baloncesto y la filosofía de vida de un equipo campeón como son los Spurs, reforzado además por las visitas mencionadas a los Longhorns de la NCAA, a los Austin Spurs de la D-League y al baloncesto de base.





## XX CLINIC INTERNACIONAL RAIMUNDO SAPORTA

La pista auxiliar del Martín Carpena acogió la XX edición del prestigioso Clínic Raimundo Saporta, organizado por la AEEB y que ha tenido la colaboración de la FAB y del Área de Deportes del Ayuntamiento de Málaga, con el objetivo llevar la mejor formación a los entrenadores de todos los rincones de nuestra región.

La asistencia a este clínic se puede calificar de éxito total, ya que ha contado con más de cien participantes venidos desde prácticamente todos los puntos de Andalucía.

El cuadro de conferenciantes ha sido el compuesto por Bernardo Rodríguez -que dejó patentes cuáles son los conceptos iniciales que todo jugador debe recibir en sus primeras etapas-, Felipe Coello -quien nos transmitió los fundamentos que van a presentar aquellos que van a ser llamados a acercarse a la élite- y Sergio Valdeolmillos -que definió cómo son los jóvenes que aparecen en el baloncesto profesional.

Junto a los tres conferenciantes han estado presentes, el Presidente de la AEEB Juan María Gavaldá, el Presidente de la FAB Antonio De Torres, el Vicepresidente de la FAB y Delegado Provincial en Málaga Ricardo Bandrés, el Director Técnico de la FAB Jesús N. Martín y el Directivo de la FAB y Presidente del club EBG Málaga Nicolás García.



### ALFONSO QUEIPO DE LLANO, PREMIO RAIMUNDO SAPORTA

Tras la clausura del clínic, el Presidente de la AEEB Juan María Gavaldá hizo entrega del Premio Raimundo Saporta a D. Alfonso Queipo de Llano, acompañando este momento el propio Alcalde de Málaga D. Francisco de la Torre Prados y el Delegado de Deportes D. José Del Río Escobar. El galardón reconoce la trayectoria de Queipo de Llano como entrenador y en otros apartados del mundo del baloncesto.



### OSCAR QUINTANA EN EL CLINIC COPA DEL REY

El domingo 22 de Febrero, y bajo el marco inmejorable de la Minicopa Endesa, en el Centro Insular de Deportes, se celebró el tradicional Clínic que organizan cada temporada la AEEB y la ACB con motivo de la Copa del Rey. En esta ocasión, el ponente fue Óscar Quintana, quien bajo el título de "Entrenamiento de la Técnica para Mejorar" discernió sobre los fundamentos individuales en categorías de formación.



Al acabar el trabajo en pista, fueron homenajeados Eduardo Portela, Presidente de Honor de la ACB, por su dedicación en el fomento del baloncesto y Óscar Quintana por su participación como ponente en esta sesión organizada por la AEEB y la ACB.



Enhorabuena a los premiados.

SALVADOR MALDONADO, LUIS CASIMIRO y JOAN PEÑARROYA, OBTIENEN EL PREMIO AL MEJOR ENTRENADOR DEL MES

Concretamente, Salvador Maldonado -entrenador del FIATC Joventut- alcanzó los galardones de los meses de diciembre y enero, Luis Casimiro -técnico del Baloncesto Sevilla- se impuso en el mes de febrero, y Joan Peñarroya -entrenador del MoraBanc Andorra- superó a sus compañeros en el mes de marzo.

Enhorabuena a todos los técnicos galardonados.



CONVENIO DE COLABORACION AEEB - FAB



Desde el viernes, 3 de abril de 2015 la AEEB y la Federación Aragonesa de Baloncesto caminan juntos.

La firma de este convenio de colaboración entre ambas instituciones contó con la rúbrica del Presidente de la FAB -D. José Miguel Sierra- y de la AEEB -D. Juan María Gavaldá.

IX CLINIC CIUTAT DE S. ADRIÀ NADAL 2014



Los días 23 y 24 de diciembre de 2014 y organizado por la Associació Catalana d'Entrenadors de Basquetbol -con la colaboración de la AEEB- se celebró con gran éxito de público la 9ª edición de este tradicional clinic navideño.

Sergio Scariolo, Toni Caparrós, Borja Comenge y Salvador Maldonado fueron los grandes protagonistas de la obligada cita de cada Navidad en Sant Adrià de Besós.



X SEMANA DE ENTRENAMIENTOS AEEB



Una temporada más -y con ésta van diez- las puertas de los técnicos más prestigiosos del país se abrieron para más de 150 entrenadores que han venido participando esta temporada en este motivante proyecto.

Muchas gracias a todos los que lo han hecho posible.

REUNION AEEB - DEPARTAMENTO ARBITRAL ACB

El Departamento Arbitral de la ACB se ha reunido durante la Copa del Rey con la AEEB, trabajando nuevas interpretaciones, bloqueos directos, acciones de tiro y la puesta en común de la evaluación que hacen los entrenadores.



En la sesión de trabajo han participado Paco Monjas, Director Arbitral de la ACB, y los miembros del staff Antonio Gallo, Francisco de la Maza y Xavi Torrico. Por su parte, en representación de la AEEB, han participado Joan Maria Gavaldá (Presidente), Felipe Coello, Óscar Quintana y Sergio Scariolo.



I CLINIC DE ENTRENADORES FIESTAS DE MAYO 2015

Del 1 al 3 de mayo la FCB junto a la Federación Insular de Baloncesto de Tenerife organizan en Santa Cruz de Tenerife -con la colaboración de la AEEB- el I Clínic de Entrenadores Fiestas de Mayo 2015, dentro del programa FEB "Universo Mujer España 2018".

Jose I. Hernández, Víctor Lapeña, Andreu Bou, Lucas Mondelo y Evaristo Pérez -entre otros- pondrán el nivel muy alto.



PEDRO MARTÍNEZ ALCANZA LAS 700 VICTORIAS

El entrenador de la Bruixa d'Or Manresa disputó su partido 700 en la competición, siendo el técnico en activo con más partidos dirigidos en Liga Endesa, sólo superado por Aito García Reneses, actual entrenador del Herbalife Gran Canaria.

Pedro Martínez debutó como primer entrenador ACB en la temporada 1989-90, sustituyendo en el Joventut al técnico norteamericano Herb Brown.





### ESPAÑA ALBERGARÁ LA COPA DEL MUNDO FEMENINA 2018

La Copa del Mundo de Baloncesto Femenino del año 2018 –que estrenará en esa edición su nueva denominación a imagen y semejanza del campeonato masculino- está programada en el calendario oficial de la FIBA entre el 1 y el 9 del mes de septiembre de ese año.

Como expuso el presidente de la FEB, José Luis Sáez, en la Carta personal que abrió el dossier de la candidatura, la Copa del Mundo Femenina España 2018 “es un proyecto y una ilusión, la de impulsar conjuntamente con la FIBA un nuevo concepto de nuestro deporte y de la mujer, que queremos poner a disposición de la propia FIBA y de todo el baloncesto mundial”.

En el dossier, la FEB incluyó, entre otras muchas, una propuesta para adoptar un nuevo e innovador sistema de competición. Y por supuesto todo un plan de promoción del campeonato y del baloncesto femenino, de alcance mundial, a lo largo de los años precedentes al campeonato.

En definitiva: se trata de un proyecto asimilado al de la reciente Copa del Mundo España 2014 de selecciones masculinas, un proyecto global tanto deportivo como económico, social, de promoción y de legado, que ha ido mucho más allá de las canchas y de la competición y que en el caso femenino se circunscribe a un programa mucho más amplio, ambicioso y de alcance universal: el Universo Mujer.



### IX SEMANA DE ENTRENAMIENTOS ADECCO ORO / LIGA FEMENINA



En virtud de este programa que la AEEB organiza en colaboración con la FEB y que en estas fechas da sus últimos coletazos, multitud de técnicos de toda la geografía española han tenido cabida en las sesiones de entrenamiento de los clubes Adecco Oro y Liga Femenina que les acogieron.



“Es interesante ver y conocer como trabaja un equipo profesional para crecer como entrenador” - Jose Antonio Delgado (Ford Burgos).

“Quiero destacar la disposición y actitud positiva hacia nosotros del cuerpo técnico -pendientes de que pudiésemos aprender e intervenir, de explicarnos cada ejercicio, cada corrección, cada peculiaridad del equipo”. - Mayke Gondín (Rivas Ecópolis).

### EVARISTO PEREZ: “PARA EL ENTRENADOR EXISTE UN ANTES Y UN DESPUÉS DEL CURSO SUPERIOR”

AREA DE COMUNICACION FEB. Evaristo Pérez lleva muchos años empapándose de baloncesto, desde sus propias experiencias y absorbiendo enseñanzas de otros para llegar a la conclusión de que “el entrenador no deja de formarse nunca”.

Conoce el Curso Superior y la trascendencia de esa experiencia en la vida de los entrenadores. “Existe un antes y un después del Curso Superior y eso se percibe cuando se está dentro, ya sea como profesor o como alumno. Que vale la pena estar preparado en todo lo que concierne a Dirigir integrando ahí las diferentes materias para luego poder dotar a los jugadores de las herramientas necesarias para que se desarrollen en la pista”.

El entrenador debe formarse y adquirir la capacidad para gestionar grupos y hacerse respetar desde el conocimiento. “Nadie es realmente entrenador si no ha sido capaz de entrenar en formación”. Evaristo fusiona Entrenamiento y Táctica. “Necesitamos transmitir conocimientos a los jugadores y dotarles de recursos, técnicos, tácticos, físicos, psicológicos y eso es imposible sin haberlos adquirido como entrenadores previamente y sin la capacidad para irlos introduciendo con la metodología adecuada. De ahí la importancia de que el entrenador tenga capacidad para aprender y para dejarse enseñar para luego, transmitir”.





**Ramón Reigada**

*Entrenador Superior con experiencia en todas las categorías del baloncesto catalán en clubes como BJM, Salle Bonanova, FC Barcelona, CE Laieta, CB Riera, Santa Rosa de Lima, BF Sarria, SESE, Basquet Almeda... En los últimos 4 años colabora con la Federación Catalana de Baloncesto. Campeón de España 2015 con la Selección Cadete Masculina.*

## **JUEGO DE CONTRATAQUE EN CATEGORIAS DE FORMACIÓN**

**S**i en algo estaremos de acuerdo es que desarrollar un juego rápido y directo es clave para hacer del baloncesto un deporte atractivo. Personalmente me preocupa que, de un tiempo a esta parte, se corre cada vez menos en equipos de formación.

Minimizar riesgos y organizar (“pizarrizar”) absolutamente todos los ámbitos del juego son actitudes que actualmente predominan en nuestro baloncesto de formación, y el principal damnificado es el juego de contraataque.

Mi intención con este artículo es ordenar y exponer ideas

para trabajar el juego de contraataque en equipos de formación.

Muchas de estas ideas se han desarrollado en el contexto de la selección catalana cadete masculina. Ya anticipo que el artículo contiene más concepto y metodología que contenidos tácticos, y que expondré tanto aquello que los entrenadores podemos hacer para que nuestros equipos corran, como algunas actitudes que actúan justo en la dirección contraria.

Estructuro el artículo en base a 3 preguntas clave cuyas respuestas me permitirán exponer las ideas de manera ordenada.

1) ¿Cómo organizamos el contraataque? Carriles, fases y continuidad.

Me gusta plantear la organización del contraataque de manera muy sencilla en términos de ‘carriles’ y ‘fases’. Los carriles sirven para dotar de un orden básico a la hora de correr y definimos cuatro: dos laterales y dos centrales. Los dos laterales son para que corran los aleros, por el central del lado de balón corren los jugadores que van al 4 y 5, mientras que el base ocupa el carril central del lado débil una vez ha soltado el balón.

**Fases:** Estructuramos el contraataque en 3 fases.

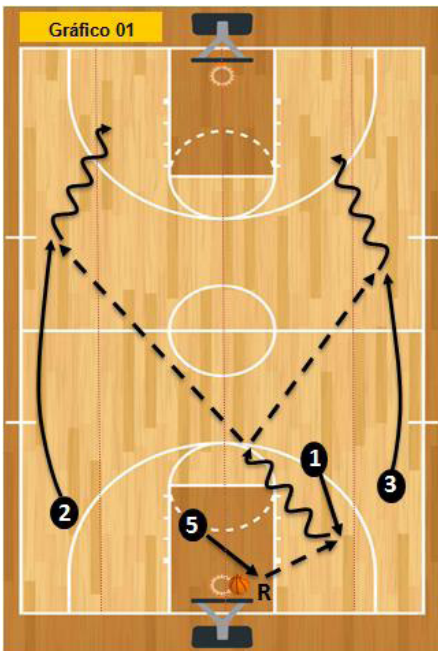
Fase 1: intentamos pase largo por encima de la defensa a un jugador que corre con ventaja clara. El pase lo puede dar directamente el jugador que rebotea o el base en segundo pase.

Fase 2: El base ayuda a sacar el balón de la zona acercándose al fon-



**FORMACION**

do del lado donde ha caído el balón en primera instancia y luego progresando hacia el centro y lanzando el balón a alguno de los jugadores adelantados (Gráfico 1).



Buscamos ventaja numérica (1c0, 2c1) o posicional forzando 1c1 contra el defensor que vuelve hacia atrás.

Fase 3: Llegan los grandes. Los equipos que corren con sus grandes son muy difíciles de parar. Es clave convencer a tus pivots para que ocupen la zona lo antes posible y acercar el balón al aro cuando la defensa todavía no está asentada. A partir de aquí podemos generar ayudas muy forzadas que liberen tiros o espaldas ganadas de los exteriores, juego high-low entre pivots, etc (Gráfico 2).

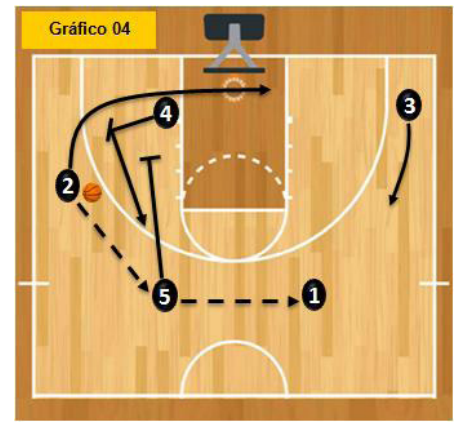
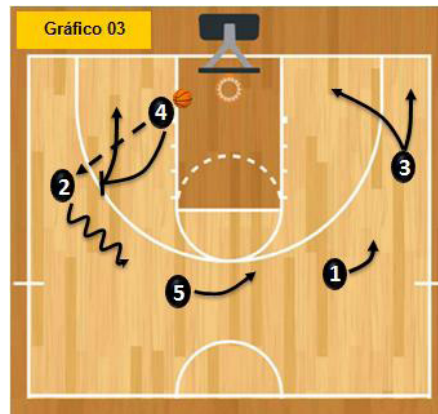


Me gusta explicar el concepto de “fases” como “embestidas”. El equipo debe querer atacar de manera vertical desde el primer momento que recupera el balón (o incluso antes) y debe hacerlo de forma continua incorporando cada vez más jugadores, de manera que si no obtenemos un 1c0, busquemos un 1c1 con ventaja posicional, si no un 2c1, un 3c2 y así sucesivamente hasta el 5c5.

Esta continuidad en castigar a la defensa es el concepto clave a entrenar.

En ocasiones la conexión del contraataque con el 5c5 posicional se lleva a cabo mediante transiciones. En mi opinión (como mínimo en categorías de formación) **el juego de transición es el enemigo principal del contraataque.**

El jugador acaba corriendo con la idea de “colocarse” bien para ejecutar el movimiento de transición estipulado y olvida la intención de anotar. Mi propuesta se identifica más con lo que se ha venido a llamar el “llegar jugando” en su interpretación menos rígida: buscamos continuar el contraataque con una acción táctica simple: o bien una inversión de balón (Gráfico 3) o bien un bloqueo directo si el balón va de dentro a fuera (Gráfico 4).



En todo caso, el trabajo de contraataque no deberá quedar dominado por el “como jugamos luego” ya que si no el jugador correrá pensando más en eso que en meter canasta. También creo que hay que dejar correr a los jugadores sin limitarlos demasiado a posiciones concretas ni obsesionarse demasiado por el orden. La idea de los carriles ya es suficiente para una organización mínima, y en todo caso, entre correr y estar organizado, prefiero lo primero: el desorden es difícil de defender.

2) ¿Cuánto arriesgamos en el juego de contraataque? Doble o nada.

Una cuestión clave para que un equipo corra es la actitud del entrenador ante los riesgos que esto supone. Como norma general, un entrenador que castigue o recrimine fallos derivados del riesgo de las acciones que propone, no convencerá a sus jugadores de que las intenten. La postura “quiero que corráis pero no quiero perder balones” no lleva a ninguna parte.

Por ejemplo, hablaremos a nuestros jugadores de lo importante que es sacar rápido el primer pase al base y el segundo pase hacia adelante para que el corre con ventaja, pero ninguno



de estos dos pases es fácil. Si ante un fallo el entrenador recrimina, el jugador evitará tomar riesgos en la siguiente ocasión: se acabó el contraataque. Además, este tipo de reacciones acostumbra a ser irreversible: una vez el jugador ha quedado expuesto por su entrenador, difícilmente volverá a intentarlo.

**El entrenador debe** mostrarse valiente y **liderar la propuesta** proponiendo al equipo determinados retos que dejen clara la apuesta por el juego rápido y de los que pongo algún ejemplo a continuación.

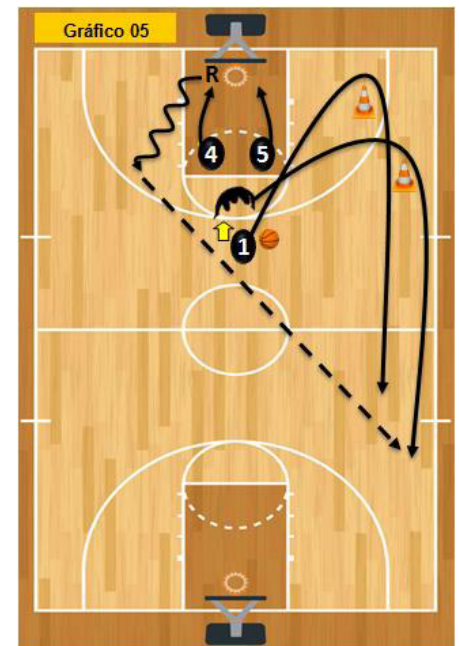
- Pase directo pivot-jugador con ventaja: incentivar a que el pivot que rebotea levante la vista y busque la opción de pase directo (o después de un bote para zafarse de defensores) al que corre. Normalmente se renuncia a esta opción por considerar que el pivot no será capaz de dar ese pase y menos si va precedido de bote. En categorías de formación hay que entrenarlo, intentarlo y sobre todo reforzar positivamente ante el error.

- 1c1 con ventaja posicional: incentivar que el alero que corre abierto ataque el aro aunque no haya ventaja numérica. Trabajar 1c1 en carrera, fintas sobre bote, cambios de ritmo, pinchar/regular, etc. Buscar canasta siempre, aunque sea como mínimo para sacar falta y reforzar positivamente el 1c1 fallido.
- Puntear y correr: permitir salir al contraataque después de puntear un tiro lejano. Raras veces el jugador que lanza un triple va a su propio rebote. Preparar al equipo para “si no entra, buscar la ventaja del que corre”. ¿Correr antes de tener el balón? ¿Por qué no? Implicar al equipo aceptando todos el riesgo que esto supone.
- Recibir canasta y correr: conseguir que tu equipo sea capaz de meter canasta rápida después de sacar de su fondo. Pasar de defensa a ataque sin discontinuidad, incluso después de encajar canasta, es el reto definitivo y también se puede entrenar.

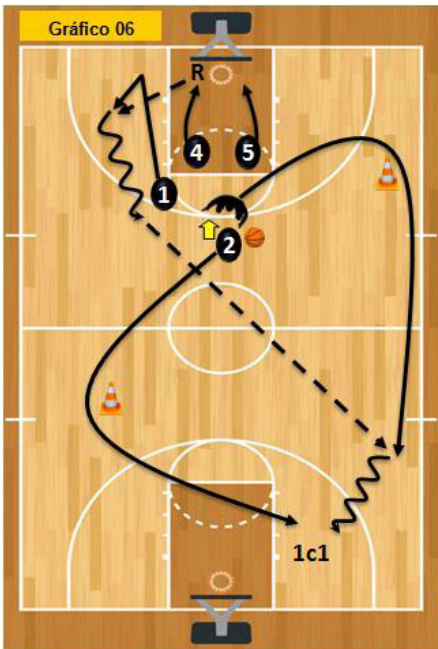
### 3) ¿Cómo entrenamos el contraataque?

Plantearé EJERCICIOS en progresión paralela al desarrollo de las tres fases del contraataque.

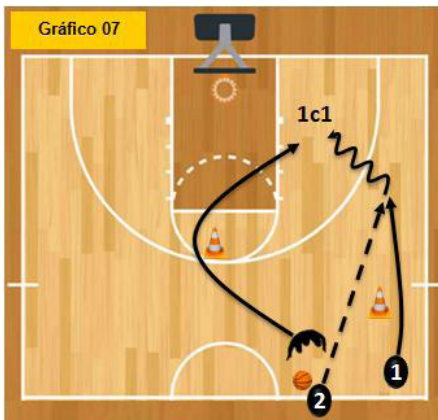
A un primer nivel trabajaremos el pase largo directamente desde rebote. **Ejercicio “Pase largo”**: un jugador lanza desde 4-5 metros y corre abierto, mientras que el compañero rebotea, y busca el pase largo. Se pueden incorporar defensores al reboteador (dos luchan el rebote, el que no lo consigue defiende) y/o al que corre (el que tira defiende y el que puntea corre). Gráfico 5.



La salida del contraataque la trabajamos con un ejercicio parecido al anterior sumando un jugador que ejerce de base. **Ejercicio “Salida de contraataque”**: jugador que puntea tiro sale corriendo, el reboteador busca al base, éste progresa hacia el centro y lanza balón adelante. Se pueden regular los diferentes niveles defensivos tanto del jugador que corre, como luchando el rebote por parejas o incluso añadiendo un defensor al base que moleste el primer pase (Gráfico 6).

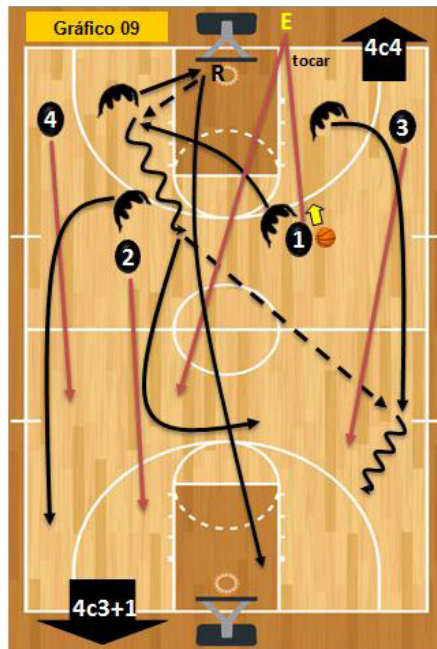
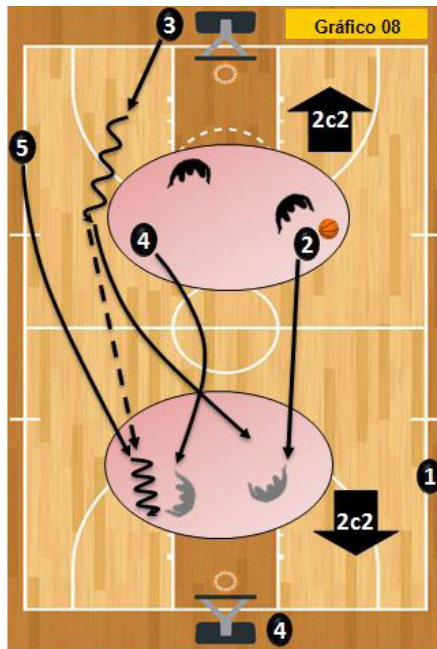


**Ejercicio "1c1 en carrera":** por parejas desde media pista, el defensor va a tocar al entrenador y el atacante corre por carril lateral, recibe balón y juega 1c1 en carrera (Gráfico 7). El entrenador puede modular la dificultad del defensor (hundirlo más o menos, etc.)



**Ejercicios "fast-break":** 2c2/2c2 o 3c3/3c3 toda la pista con secuencia ataque, defensa y descanso (Gráfico 8). Trabajo de primer y segundo pases de contraataque y 1c1 en carrera. Trabajarlo con 4c4 permite trabajar la incorporación del grande llegando en carrera.

**Ejercicio "4c4+4c3o4":** se juega 4c4 en un aro. Cuando el equipo defensor recibe canasta,



el que ha anotado toca al entrenador antes de hacer el balance defensivo y hay un 4c3 momentáneo. En caso de robar balón, el último atacante en tocar balón no

defiende y se juega 4c3. En ambos casos dar un margen de 10 segundos para anotar. Trabajar la ventaja del 4c3 con la incorporación del grande (Gráfico 9). Se reta a que un equipo llegue a 5 puntos: cada contraataque anotado es 1 punto.

Cualquier ejercicio de "ida y vuelta" que genere ventajas momentáneas puede ser adaptado estableciendo puntuaciones para trabajar los diferentes retos que he comentado anteriormente. Por ejemplo, que valga doble el contraataque con pase directo desde el pivó o al jugador que corre después de puntear o anotar después de rebote ofensivo o al equipo que anote después de recibir canasta.

Al margen de estos y otros muchos ejercicios, creo que lo más importante es la actitud del entrenador mientras se realiza este trabajo y su transferencia al juego global del equipo. Ser valientes en el planteamiento, aceptar y compartir con el equipo el riesgo que supone correr y no castigar los errores por intentarlo son los conceptos claves para conseguir un buen juego de contraataque. En cambio, una organización/tactificación demasiado sofisticada o trabajar desde el punto de vista de "minimizar errores" juegan en contra.



# liga endesa

Patrocinador principal



Patrocinadores oficiales



Proveedores oficiales





José Luis Cubillo

*El Campeón de España 2015 de Selecciones Autonómicas con el equipo de Castilla y León (Cadete Femenino) ya lo fue en 2013 en la Categoría Inf. Femenino. Durante las dos últimas campañas ha dirigido a la Universidad de Burgos (1ª Nacional Maso) aunque su experiencia abarca también la Liga Femenina (como Ayudante en el Arranz Jopisa Burgos 2006/2007), la Adecco Oro (como Ayte del Ford Burgos 2007/2008) y la Selección Española U14 Femenina (2013).*

## JUEGO LIBRE POR CONCEPTOS. CUATRO ABIERTOS Y UN INTERIOR

En primer lugar querría agradecer a la revista clinic la oportunidad de poder participar en uno de sus números, para poder compartir las experiencias que he vivido en los cinco últimos años en la selección de Castilla y León Femenina Infantil y este último año en categoría Cadete.

Y desmenuzar la que ha sido la base de nuestra táctica ofensiva en los últimos cinco años haciendo pequeñas variaciones y adecuando este juego por conceptos a las características de las jugadoras que hemos tenido.

Esta continuidad en el trabajo nos ha permitido conseguir unos buenos resultados en los últimos años consiguiendo la medalla de oro en los Campeonatos de España de selecciones Cadetes Femenina autonómica en 2015 y en la categoría Infantil Medalla de Oro (2013), Cuarto puesto (2012), Medalla de Plata (2011) y Medalla de Bronce (2010).

Cada entrenador debe amoldarse a las características de sus equipos y buscar las

situaciones defensivas y ofensivas que permitan sacar el mayor rendimiento a sus jugadoras, en nuestro caso durante estos últimos años es una constante el tener jugadoras exteriores de gran nivel técnico y escasez de jugadoras interiores.

Teniendo en cuenta los pocos entrenamientos que se tienen en una selección autonómica y muchas veces la distancia que hay de unas sesiones a otras, debemos trabajar pocas cosas pero en profundidad.

Analizando nuestras virtudes y defectos vimos que el juego que más encajaba con nuestras jugadoras era un dibujo inicial de cuatro exteriores abiertas y una interior creando una disposición espacial

que dé libertad de decisión a nuestras jugadoras con balón, ya que todos los movimientos de este juego por conceptos giran alrededor de la jugadora con balón y las decisiones que ésta toma.

Esta distribución de espacios permite aprovechar el talento en el 1c1 tanto de nuestras jugadoras exteriores como interiores. Además utilizando este juego libre por conceptos vamos a desarrollar los siguientes aspectos:

- Generar ventajas con balón desde el 1c1.
- Ocupación efectiva de los espacios.
- Juego sin balón:

1. Utilización de puertas atrás y cortes hacia el aro.

2. Generar diferentes líneas de pase con movimientos a las penetraciones.

3. Interior movimiento en círculos a penetraciones.



- Introducción de conceptos de pasar, cortar y reemplazar.

- Desarrollo de bloqueos indirectos y sus continuaciones.

- Juego a partir de meter el balón interior.

La introducción de este juego libre por conceptos tiene dos ventajas fundamentales, la primera que obligas al jugador a pensar y a leer las situaciones de juego y reaccionar ante ellas de la manera más eficiente, dándole un alto grado de libertad, aunque guiado por unas normas.

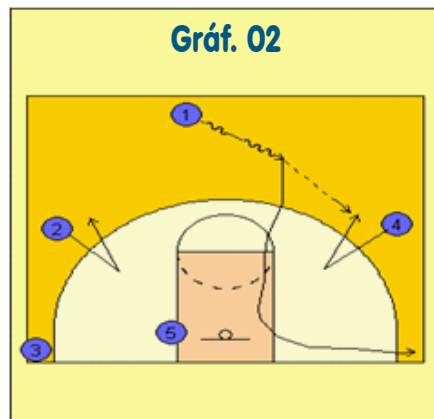
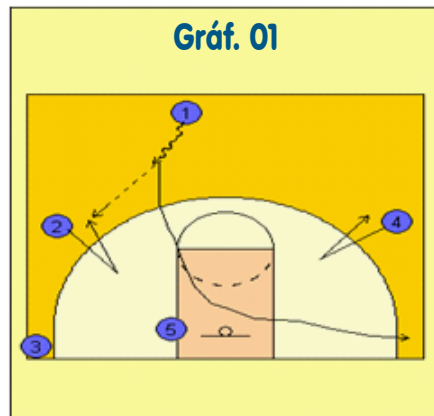
Y la otra ventaja de este tipo de juego es que dificulta mucho el scouting que pueda hacer el equipo rival ya que cada decisión del jugador hace variar el juego y da opciones y situaciones diferentes.

**Juego libre por conceptos**  
**4 abiertos y un interior**

En primer lugar es importantísimo llegar jugando, para que desde el inicio la defensa este en movimiento y tenga mayor dificultad para fijar las ayudas; para ello es necesario:

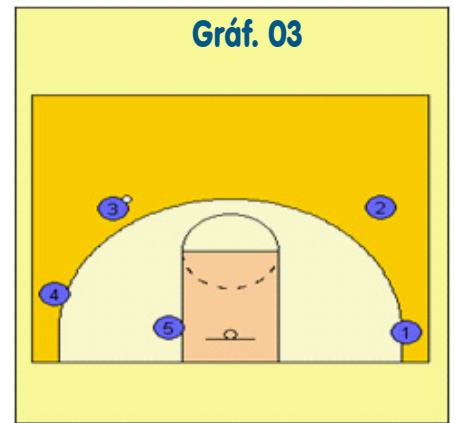
- Ganarse el pase por parte de los dos exteriores sin balón situados en los laterales, para comenzar de forma dinámica el ataque.
- En caso de que no puedan ganarse el pase cortan o posibilidades de puerta atrás y hay reemplazo.
- Otra posibilidad es que ante las defensas presionantes en primera línea de pase el base rompe en el 1x1 generando movimiento sin balón del resto de jugadores.

El base una vez que pasa a cualquiera de los dos exteriores, corta pidiendo el balón y ocupa la esquina vacía (Gráficos 01 y 02).



Ocupación de espacios (Gráfico 03):

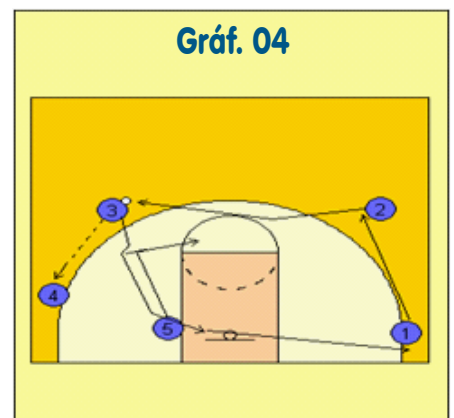
- Exteriores deben ocupar las esquinas del campo y los dos laterales. Aunque el jugador de la esquina de balón debe estar un poco más arriba para no ahogar su espacio y tener posibilidades de jugar a la espalda de su defensor.
- Interior siempre en el lado fuerte. Si el balón está arriba, poste bajo; si el balón está en las esquinas, interior en poste alto. Situándose en espacios que permiten y facilitan las penetraciones de los exteriores y su movimiento sin balón a éstas.



**CUATRO POSIBILIDADES INICIALES DE PASE**

1. Pase Exterior Lateral a Exterior esquina (Gráfico 04):

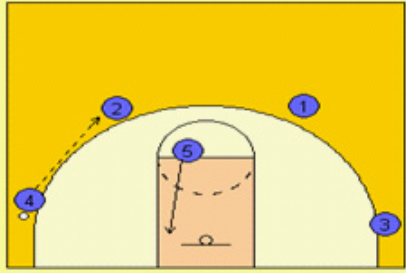
- El interior sube a bloquear al pasador y continúa abriéndose a poste alto.
- Exterior corta utilizando el bloqueo o si éste llega tarde simplemente cortando, ocupa esquina contraria y los otros dos exteriores reemplazan.
- El jugador que está en poste alto y el alero que reemplaza tienen que estar en líneas de pase diferenciadas.



- El jugador con balón tiene las tres posibilidades de pase diferentes: corte, poste alto y reemplazo y el espacio habilitado para atacar el 1x1 ante la subida del poste.

2. Pase Exterior Esquina a Exterior Lateral (Gráfico 05) :

Gráf. 05



- Interior corta de poste alto a poste bajo, creando un espacio de ataque para el jugador con balón en la zona central o dando la posibilidad de pase.

- Posibilidad de intercambio en el lado débil, para obligar a los jugadores que están en ayudas a estar en movimiento y pendientes de su par.

3. Pase Exterior Lateral a Exterior Lateral (Gráfico 06) :

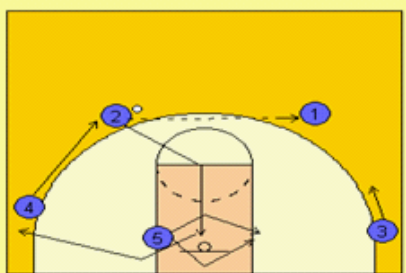
- El exterior que pasa, corta pidiendo el balón y si no recibe va a la esquina contraria al balón y el otro exterior reemplaza.

- Interior corta al poste bajo lado fuerte por línea de fondo.

- Posibilidades de pase al corte del alero, al poste que juega por línea de fondo, a la esquina de balón o al jugador que reemplaza.

- Espacio liberado para jugar el 1x1 en la zona central, zona clave para generar ventajas.

Gráf. 06



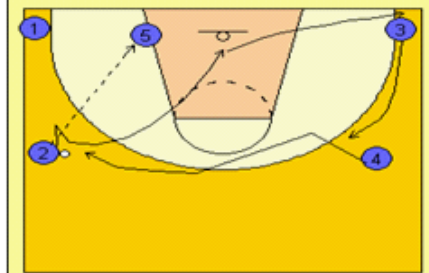
4. Pase Interior (Gráfico 07):

- Siempre que se produce un pase interior, el pasador corta a canasta. Resto de exteriores reemplazan.

- Sin invadir el espacio del 1x1 del poste.

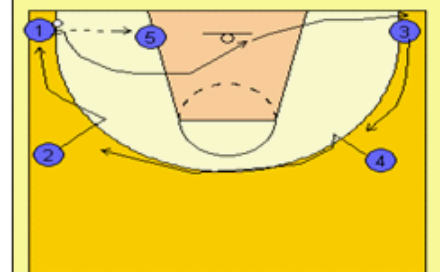
- Importante la lectura del interior ante posibles 2c1 y el movimiento de los exteriores sin balón ofreciendo cortes y buscando la espalda de sus defensores.

Gráf. 07



5. Para no bloquear el juego en caso de líneas sobre marcadas y dificultad para recibir, buscar puertas atrás o cortar y reemplazo de los exteriores. No forzar el recibir con dos o tres intentos. Movimiento constante de los jugadores (Gráfico 08).

Gráf. 08

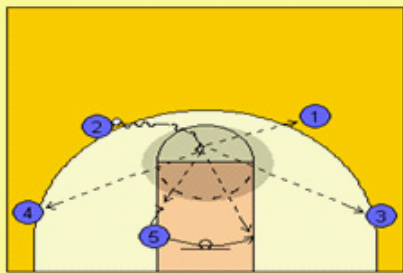


POSIBILIDADES DE JUEGO EN PENETRACIONES

Jugador con balón manda y él decide si pasa como vemos en los ejemplos anteriores o penetra y todo el equipo tiene que moverse en consonancia al jugador con balón.

En nuestro juego, la zona central del ataque (en el poste alto) es fundamental porque es desde donde se pueden sacar el mayor número de ventajas e incentivamos a nuestras jugadoras para que ataquen esa zona central. Es una pura cuestión física, desde esta zona la posibilidad de ángulos de pase es la mayor y mejor posible, dando la posibilidad al jugador de buscar la mejor opción leyendo estos pases ( ante ayudas, ventajas o desajustes defensivos) o buscando finalizar (Gráfico 09).

Gráf. 09

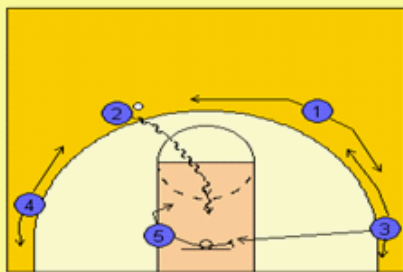


Podemos ver algunos ejemplos de los movimientos sin balón a las penetraciones, pero esta lectura casi siempre es dependiente de la disposición defensiva del otro equipo y puede variar en situaciones similares.

Movimientos ante el 1c1 exterior situado en el Lateral

- Si ataca hacia la zona central (Gráfico 10).

Gráf. 10



- Exteriores, movimientos en abanico, a no ser que nada más iniciar el ataque suelte el pase sin invadir la zona central. En ese caso, después de

pasar ocuparía la esquina del lado en el que está y el otro exterior reemplaza. Y lecturas de espaldas a los defensores con cortes hacia el aro.

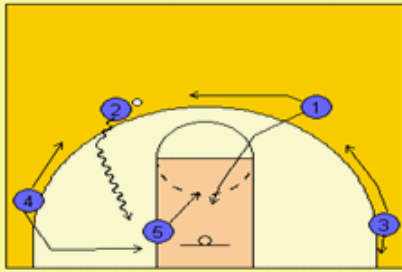
- Interior, movimiento en círculos a las penetraciones.

- Si el exterior ataca hacia el fondo (Gráfico 11).

- Exterior situado en zona lateral, ocupa la parte central o corta por ella. Jugadores en esquina, buscan con su movimiento de subida, ocupación de esquinas o cortes hacia el aro (el movimiento de mayor ventaja ante la reacción de su par a la penetración).

- Interior, movimiento en círculos a las penetraciones.

Gráf. 11



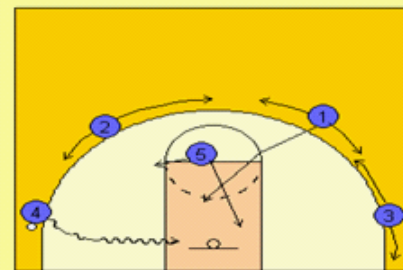
Movimientos ante el 1c1 exterior situado en el Esquina

- Si ataca hacia la zona central o fondo.

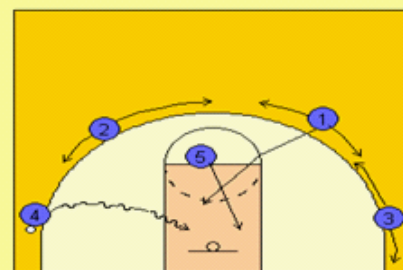
Exterior de su mismo lado ocupa la parte central o baja pudiendo dar continuidad a la acción, jugadores situados en el lado débil buscan con su movimiento de subida, ocupación de esquinas o cortes hacia el aro el movimiento de mayor ventaja ante la reacción de su par a la penetración.

El interior se puede abrir para el tiro o cortar para moverse en círculos a la penetración. Gráficos 12 y 13.

Gráf. 12



Gráf. 13



Movimientos ante el 1c1 del jugador interior

- Dependiendo del tipo de defensa que el equipo rival realice ante los balones interiores o qué jugadores vayan a realizar la ayuda, deberemos realizar diferentes lecturas.

En papel es muchas veces difícil ser profundo en la explicación de ciertos sistemas y modos de interpretar situaciones de ataque, porque hay pequeños detalles o matices puntuales que se dan en la cancha y enriquecen en gran medida las posibilidades de éstos. Pero espero que esta exposición haya ayudado a entender de modo general una parte del juego que llevamos realizando los últimos años con la Selección Femenina de Castilla Y León.





**Pere Romero**

*El hoy Director Deportivo de La Bruixa d'Or Manresa atesora una envidiable experiencia ACB. Entre la temporada 2005-2006 y la 2009-2010 trabajó con el Pamesa Valencia como ayudante de Ricard Casas, Fotis Katsikaris y Neven Spahija. Desde la 2010-2011 hasta la 2012-2013 asistió como ayudante a Fotis Katsikaris en el Bilbao Basket y en abril de 2014 sustituyó a Borja Comenge al frente de La Bruixa d'Or (su actual club).*

## SISTEMA PARA UN TIRADOR

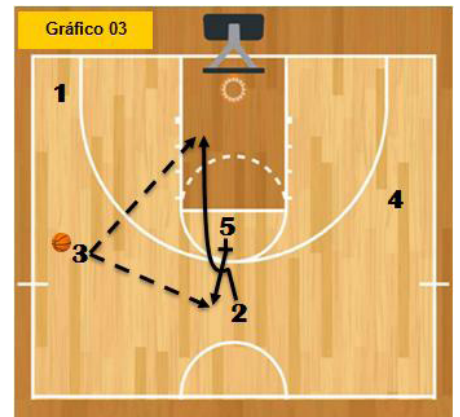
El sistema que voy a presentar ya lo utilizábamos en Bilbao con Fotis Katsikaris. Al llegar a Manresa creí que sería productivo por el hecho de disponer de un gran tirador en cualquier tipo de salida y un 4 que jugaba muy bien de espaldas a canasta.

Cuando perdimos el juego del 4 asumimos que el bloqueo para el tirador lo hiciera el 5 en algunas ocasiones, dependiendo del scouting.

La disposición inicial de los jugadores nos permite jugar el sistema como transición y también como tiro de últimos segundos.



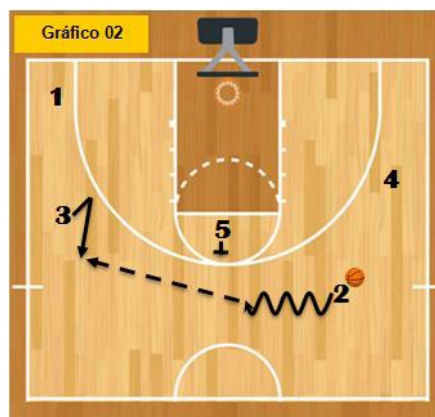
ta rápido a la esquina contraria, mientras 4 se abre para preparar el bloqueo al tirador (Diagrama 1).



### 1- Opción tirador

El inicio del sistema es un "hand off" entre 1 y 2. Después del "hand off", 1 cor-

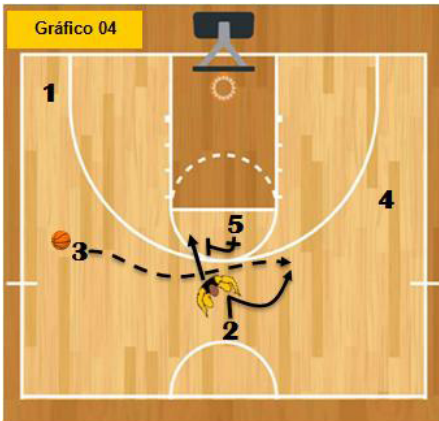
2 lleva el balón al centro para pasar a 3. En este punto, el trabajo de 2 es cortar aprovechando el bloqueo de 5 para recibir pase en el



corte o forzar el "bump" defensivo de 5 para facilitar la inversión (Diagramas 2 y 3).

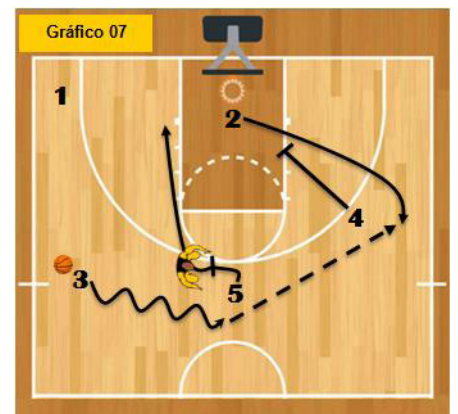
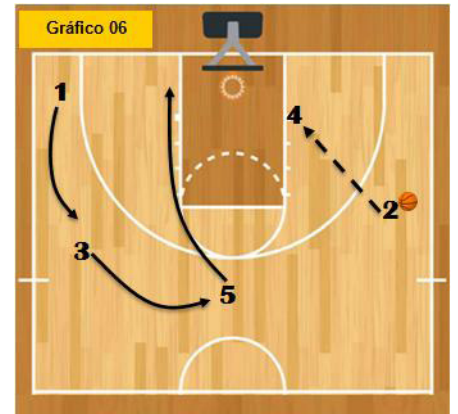
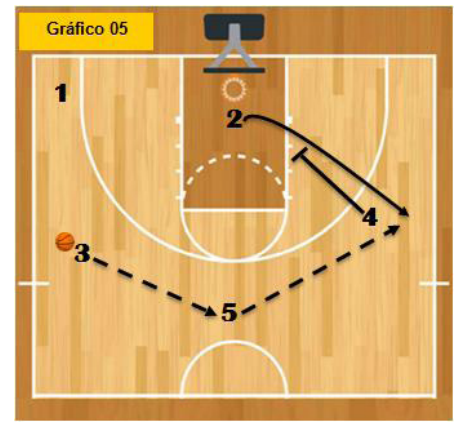
5 debe bloquear por debajo de la línea de 3 puntos. De esta manera, si el defensor del tirador

anticipa el corte puede haber un "pass back" de 3 a 2 para tiro frontal (Diagrama 4).

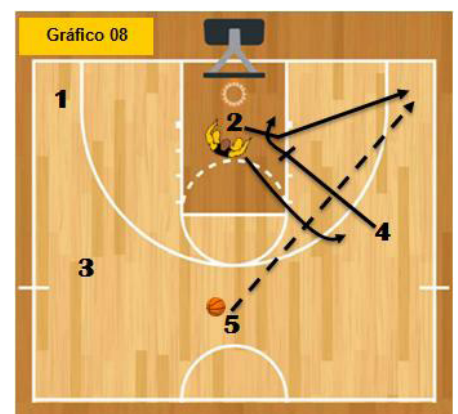


El movimiento sigue con pase de 3 a 5. El final del sistema es el bloqueo diagonal de 4 a 2. Normalmente 5 no tiene una presión excesiva en el pase. En este punto utilizábamos nuestras normas de juego con el poste si no había tiro (Diagramas 5 y 6).

Si el equipo contrario niega el pase a 5, éste auto bloquea a su defensor y corta al poste bajo mientras 3 invierte con bote (Diagrama 7).



Si el defensor del tirador recorta, éste sale a la esquina y 4 sella dentro (Diagrama 8).



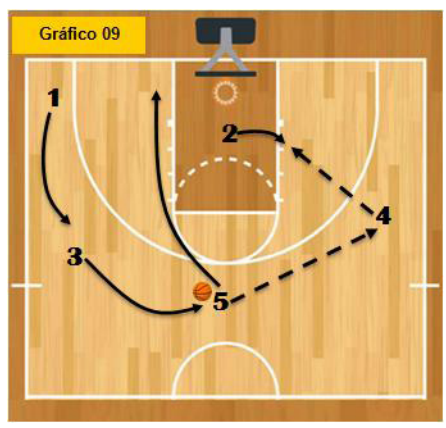
TACTICA



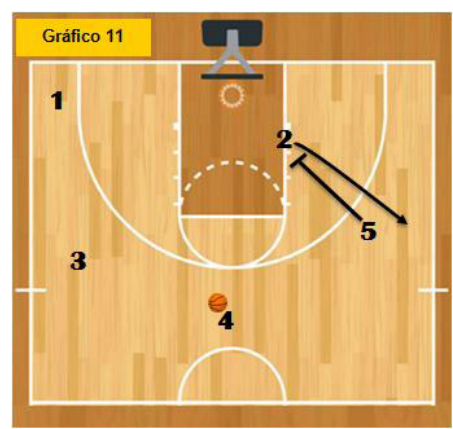
2- Opción posteo de 2 cuando había ventaja física.

Tener un 2 grande nos permitió sumar esta opción. 5 con balón en el centro pasaba a 4 (amenaza de tiro de 3 puntos) para jugar interior (Diagramas 9 y 10).

TACTICA



3- Opción cambiar 4 y 5 de posición cuando los "cincos" se hunden o demuestran dificultades para ayudar al defensor del tirador (Diagrama 11).



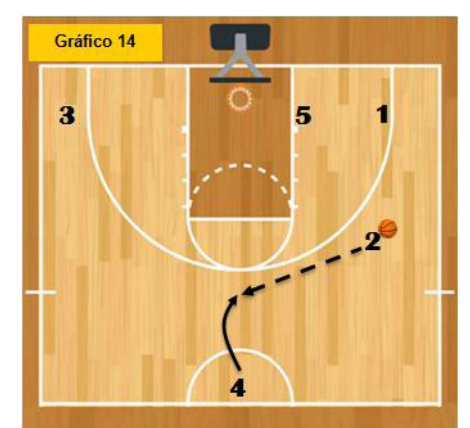
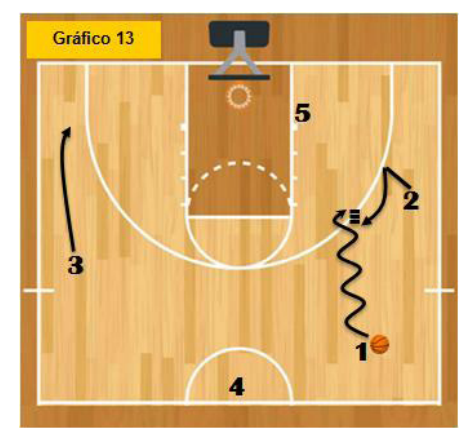
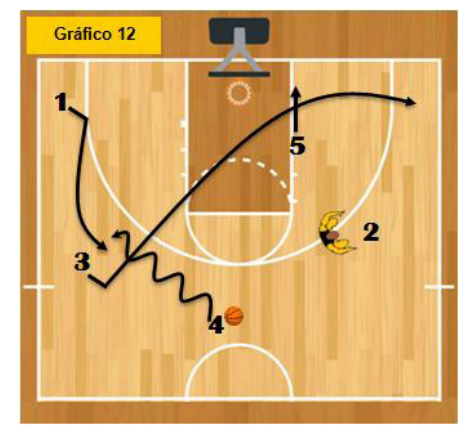
4- Continuidad en el juego.

Si la defensa no permite jugar con el tirador, jugamos con el lado contrario. 3 corta para la opción "back door" o bloquea a 1 y se va al lado contrario. 5/4 juegan "hand off" con 1 (Diagrama 12).

5- Opción transición y tiro con pocos segundos.

Mezclamos dos opciones para tiro con pocos segundos sacando desde nuestra canasta. 1 juega

con 2 un "hand off" agresivo; la posición del tirador es más baja. Y la llegada retrasada del 4 (Diagramas 13 y 14).



**"Cuando no puedo entrenar me vuelvo loco"**



**Fernando  
Martín**

*Periodista con más de una década de experiencia contando baloncesto. Redactor y colaborador de la Revista Gigantes del Basket desde 2001. Content Manager en The Cocktail. Fundador de Spanish Hoops.com. Colaborador en Radio Marca, esRadio, El Juego de Naismith y Zoomnews.*



**Luis Casimiro**

Hace un cuarto de siglo dejó un trabajo de funcionario en Puertollano para perseguir el sueño de ser entrenador profesional. Desde entonces Luis Casimiro Palomo (Villamayor de Calatrava, 1960) ha ido acumulando equipos –nueve ya en la ACB– y experiencias. Pocas más llamativas que la vivida esta campaña: tener que salir de un club en dificultades (Baloncesto Fuenlabrada) y a las pocas semanas recibir la confianza de otro (B. Sevilla) para escapar del mismo abismo.

Tras una larga trayectoria en la que ha luchado por el ascenso, los playoffs, Europa e incluso el título liguero –lo conquistó en la 1997-98 con el TDK Manresa; su temporada de debut en la ACB–, el preparador manchego aporta calma, perspectiva y pasión en su nuevo destino, tremendamente necesitado de todos ellos. El Mejor Entrenador del mes de febrero reflexiona para Clinic sobre su carrera, su situación actual y la de todos los técnicos españoles.

**Sales del Baloncesto Fuenlabrada un 6 de enero y el 31 ya estabas trabajando en Sevilla. Tras tus tres primeros partidos con el equipo andaluz, todo victorias, eres elegido Mejor Entrenador del mes de febrero por la AEEB. Desde fuera, un historión. ¿Cómo ha vivido por dentro Luis Casimiro unos meses tan convulsos?**

Tuve una experiencia similar hace tres años, cuando salí de Valladolid y mes y medio después fiché por el Unicaja. Las cosas no te han salido, no tienes equipo y estás en casa otra vez. Y rápidamente se abre una oportunidad nueva, en este caso en Sevilla. Vuelves a renacer en ilusión, ambición y ganas de trabajar. Porque si hay algo que no nos falta a los entrenadores, aunque no nos hayan salido las cosas en un proyecto, son las ganas de trabajar y la ilusión. Un entrenador tiene que estar entrenando, no en casa. Y no mides si es un proyecto donde te interese entrar. Surge la oportunidad y vas a muerte con ella.

**Vamos, que ni te llegas a plantear un periodo de reflexión porque lo que querías era volver cuanto antes.**

En ningún momento. Eso es. Como entrenador estás frustrado porque no has completado tu trabajo en el anterior equipo, pero no te planteas el grado de dificultad o el riesgo que pueda conllevar esa nueva oportunidad porque a mí lo que me mueve es la pasión por entrenar y trabajar con un equipo día a día.

**En tu situación, ¿un entrenador debe pasar página cuanto antes o volver sobre lo que no ha salido bien ayuda a mejorar?**

Hay que reflexionar sobre lo que acabas de pasar, tanto para



lo bueno como para lo malo, pero no puedes estar anclado en el pasado porque los entrenadores tenemos que vivir en el presente y en el futuro. Posiblemente, si fuera un entrenador menos experto, me afectaría más. Pero mis años en el baloncesto me enseñan que el resultado depende de muchos factores, no solo del trabajo del entrenador.

**El Baloncesto Sevilla es el cuarto equipo ACB –tras Unicaja, Fuenlabrada y Valladolid– que te llama a mitad de temporada para salir de una situación delicada. Esas experiencias deben curtir.**

Lo primero que me dice ese dato, según me lo comentas, es que el baloncesto ha sido muy generoso conmigo. En 25 años como profesional solo he vivido tres cortes; solo en tres ocasiones no he acabado la campaña. Y de esas tres veces, en dos volví a trabajar tan solo unas semanas después con otro equipo. Cuando te llaman a mitad de temporada no tienes en cuenta el grado de riesgo que vas a asumir; solo las ganas que tienes de volver a crear cosas con un equipo;

de vivir la adrenalina de la competición. Tampoco creo que deba tener la etiqueta de ‘entrenador salvador’. No me siento así porque en mi carrera he dirigido equipos de muchos perfiles. Pero tengo experiencia en esas situaciones, eso es verdad.

**¿Es tu caso actual la perfecta representación de la montaña rusa constante en la que vive un entrenador profesional de baloncesto?**

Sí, seguro. En un equipo hacemos perder la confianza en nosotros y en otro sitio nos la dan. De estar sumido en la decepción porque no te sale nada, a ir a otro vestuario y estar lleno de optimismo. ¿Qué demuestra esto? Que los entrenadores somos muy importantes pero que la materia prima es fundamental.

**¿Cuáles han sido las claves para que el Sevilla saliera de aquella dinámica tan negativa?**

**“Un entrenador tiene que estar entrenando, no en casa.... Surge la oportunidad y vas a muerte con ella”**

El grupo tenía necesidad de creer en una serie de situaciones que han asimilado perfectamente. El aspecto defensivo, el rebotador, situaciones colectivas... La respuesta ha sido sensacional. Ahora falta confirmarlo.

**¿Cómo de diferente es tu gestión de un equipo cuando te haces cargo de él a mitad de temporada respecto a cuando puedes trabajar desde el verano?**

Es una historia totalmente diferente. En pretemporada tienes tiempo para trabajar en la química de equipo y para crecer en los aspectos físico y táctico. Cuando llegas a mitad de temporada lo que tienes que hacer es, rápidamente, tratar el aspecto mental del grupo. Tienes que hablar con cada individuo que forma parte de él para que sepan lo que quieres, establecer unos roles y marcar una dinámica positiva. Y no solamente con la palabra, también con una serie de herramientas baloncestísticas a las que los jugadores se puedan agarrar.

**No hay una fórmula magistral, entonces. Se trata de evaluar cada situación de manera independiente y actuar.**

Dependiendo del equipo que tienes, actúas de una manera.

Cuando hablamos de herramientas en un equipo al que no le han salido las cosas hablamos de cambios. Hay que cambiar situaciones estratégicas para que puedan suceder cosas diferentes. Si eres capaz de convencer al grupo a nivel mental, y lo dotas de unas herramientas tácticas, crecerá. Y si los resultados ayudan, pues todo será mucho más fácil. Mi tarea es transmitir calma a todo el mundo y volver a hacerles creer en que se pueden hacer las cosas.

**Y tras 25 años como entrenador profesional, con experiencias de todo tipo, ¿qué te mueve a seguir haciendo la maleta y cambiar una ciudad por otra sin dudar?**

La pasión por este juego. La ilusión por seguir entrenando día a día, no solo en competición. Cuando estoy en casa y no tengo la posibilidad de entrenar, me vuelvo loco. No aguanto vivir sin esto. Me mueve la adrenalina, ese estrés competitivo que tenemos los entrenadores.

**¿Rejuvenece entrenar a tantos jugadores prometedores como tienes en el Sevilla?**

**“Mi tarea es transmitir calma a todo el mundo y volver a hacerles creer en que se pueden hacer las cosas”**

Sí, rejuvenece. Pero lo que cuenta sobre todo es el talento, y este no tiene edad. En Sevilla tenemos cinco jugadores entre 18 y 23 años dotados de gran talento físico y baloncestístico. Son los que nos pueden dar un salto de calidad hasta no sabemos dónde.

**¿Y hay tiempo para el desarrollo individual de ese talento o el objetivo primordial, la salvación, lo centra todo?**

Sí, sí hay. Según mi experiencia, cuando te haces cargo de un equipo de este modo siempre hay un primer momento de impacto, de cambio de dinámica. A veces tienes los jugadores ideales para transmitir ese impacto y otras veces no. El impacto te sirve, pero solo a corto plazo. Luego hay que desarrollar el talento. Tienes que extraer el máximo y hacer crecer a esos jugadores jóvenes.

**A primeros de enero Kobe Bryant hacía unas declaraciones que levantaron ampollas en Estados Unidos. La estrella de los Lakers dijo que los jugadores europeos tenían más fundamentos que los norteamericanos porque su formación, ahora mismo, es mejor. Apuntaba directamente al método de trabajo de los entrenadores, en concreto a los de baloncesto base, en un lado y otro del Atlántico. ¿Coincides?**

Leí aquellas declaraciones de Kobe. Y sí, coincido. Creo que se entrena de otra manera. Con los jugadores de formación estadounidense se valoran o potencian más las condiciones y la técnica individual. Aquí, eso también,



## **“No aguanto vivir sin esto. Me mueve la adrenalina, ese estrés competitivo que tenemos los entrenadores”**

pero sobre todo les dotamos de más táctica colectiva. Eso deriva en un mayor conocimiento del juego. Y claro, los que llegan allí, como los hermanos Gasol, tienen un conocimiento superior del juego. Eso impacta de manera superlativa.

**Luis, ¿haces balance de lo lejos que has llegado viniendo de un entorno bastante alejado del baloncesto profesional?**

Soy agradecido porque saliendo de un sitio de no mucha tradición baloncestística ya he estado muchos años en esto. Lo que sí puedo decir es que cuando entrenaba en Puertollano, Almodóvar o Don Benito, lo que no me planteaba era que entrenaba para llegar a ser entrenador de ACB, para llegar al máximo nivel. A mí me llenaba trabajar con mi equipo al

cient por cien. Tanto a jugadores de formación, cuando los tenía, como a los de tercera división, primera,

EBA, LEB... He vivido el momento de ser feliz con lo que hacía en cada uno. Eso me ha llevado donde estoy ahora.

**Lo que precisamente se extrae de tu historial es que no eres etiquetable. A los entrenadores se os ponen muchas etiquetas durante vuestras carreras. Tú no has quedado exento.**

Puedo presumir de haber ganado títulos, de jugar una final europea y también de haber entrenado en ‘lo más profundo’. Pero lo que valoras es que haya gente en algún club que confíe en tu trabajo. A mí me mueve entrenar; si es con más aspiraciones, mejor. Pero si no, soy igual de feliz. Me

gustaría que no se pusieran esas etiquetas y que se conociera un poco mejor el trabajo de los profesionales.

**Desde tu primera experiencia en la ACB –asistente de Ricardo Hevia en el Breogán en la temporada 1992-93– hasta ahora, ¿en qué ha cambiado más el juego?**

En el aspecto físico. Antes era un baloncesto más físico, de más contacto, el tránsito era menos fluido. Ahora es un baloncesto más atlético porque los jugadores tienen más capacidad, más talento atlético. Eso hace que se

**“Ahora tienes que proponer varias situaciones estratégicas de cada acción. Hay mucha más carga táctica y estratégica”**

juegue a otro ritmo, se ocupen otros espacios, se llegue mucho antes... Las defensas provocan que evolucione el ataque, y tácticamente hemos evolucionado muchísimo. Cuando empezabas

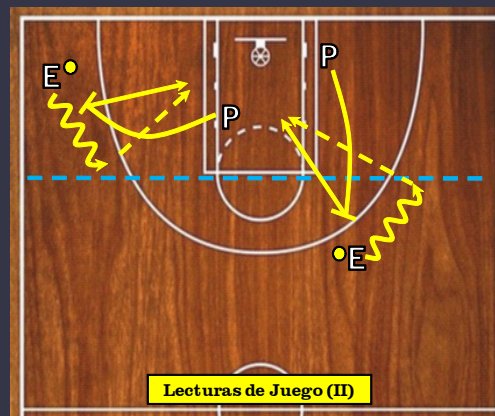
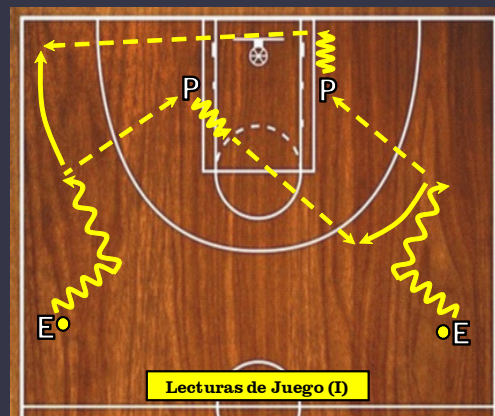


## EJERCICIOS FAVORITOS - LUIS CASIMIRO

Me gustan mucho este tipo de ejercicios de **lecturas de juego**:

Colocamos a dos pívot en el poste bajo. Dos jugadores exteriores driblan hacia la línea de tres puntos para meter el balón interior. Los pívot tienen que jugar a la vez, pero leyéndose. Si uno juega hacia la línea de fondo, el otro jugará hacia el eje (lo contrario) y al mismo tiempo el exterior que le ha pasado el balón ataca con el pívot del lado contrario, jugando sin balón para facilitar el pase.

A partir de ahí volvemos a jugar con el exterior del mismo lado, poniendo un bloqueo directo hacia el fondo o hacia el centro, en función de si el balón está por encima o por debajo del tiro libre. En las continuaciones, los postes vuelven a leerse para no chocar y hacer un buen tiro evitando el tráfico que pueda haber.



igual proponías una defensa del bloqueo directo y a partir de ahí se leía. Ahora tienes que proponer varias situaciones estratégicas de cada acción. Hay mucha más carga táctica y estratégica que antes, cuando se trataba más de lectura del juego, de improvisar. Porque, entre otras cosas, había menos scouting de los rivales.

**Con tu nombramiento como entrenador del Baloncesto Sevilla a finales de enero se alcanzó un pleno de primeros entrenadores nacionales en la ACB: 18 en 18 equipos. Algo que no ocurría en mucho tiempo. ¿Qué te dice ese dato?**

Ojalá perdurase en el tiempo. Sería muy buen síntoma. Pero hay que entender también que vengan de fuera entrenadores de nivel que dignifican nuestra profesión. No creo que haya que hacer una bandera de ello, pero sí estaría bien que nuestros clubes

tuviesen confianza plena en el entrenador español, porque está muy capacitado. Se ha demostrado. Cada vez somos más requeridos en ciertos mercados donde antes no íbamos.

**Como tú dices, cada vez hay más técnicos nacionales dirigiendo selecciones extranjeras y equipos en ligas foráneas. ¿Se está reconociendo finalmente el valor del entrenador español?**

Sí. Aquí hay dos factores. Hay un gran reconocimiento porque los pioneros que han salido lo han hecho bien y eso ayuda. Y luego, que el nivel de nuestras ligas ha bajado. Sobre todo LEB y LEB Plata. Antes había un trasiego de entrenadores que bajaban y subían de una competición a otra porque esos puestos estaban bien remunerados. Ahora esos sitios bien

**“He dicho muchas veces que la AEEB es un ejemplo de organización a la hora de formar”**

remunerados se encuentran en el extranjero.

**¿Y qué papel ha jugado la AEEB en el reconocimiento del entrenador nacional?**

He dicho muchas veces que la AEEB es un ejemplo de organización a la hora de formar. Siempre hemos disfrutado de grandes clínicos y de iniciativas de formación pioneras en nuestro mundo. La AEEB siempre ha estado a la cabeza en este aspecto, con la inquietud de mejorar. Resulta fundamental para la formación del entrenador y para que esté asistido en situaciones legales que no solemos valorar hasta que nos pasa. Por lo que yo he comprobado en otros países, la AEEB es muy envidiada.



# Nueva Colección de Libros de Baloncesto ¡Hazte con ella!

Una serie fundamental para actualizarte y formarte como entrenador.  
Los más novedosos detalles técnicos, tácticos, de dirección y entrenamiento a tu disposición.

Editada por la FEB y disponible en la Tienda FEB y en [entrenadores@feb.es](mailto:entrenadores@feb.es)