Manual introductorio de entrenamiento de baloncesto

Área: Baloncesto
Colección: Manuales de entrenamiento
Autor: SportGalicia Academy S.L.
Año: 2026
Tipo: Manual de entrenamiento

Presentación

Organiza sesiones de baloncesto con calentamiento, fundamentos técnicos, aplicación en juego y vuelta a la calma.

Contenido

Incluye ejercicios de bote, pase, recepción, lanzamiento, defensa, cooperación y seguimiento de progresos.

Finalidad

Documento didáctico elaborado para organizar y apoyar las actividades formativas de SportGalicia Academy S.L.