

## O caminho para o 5x5

Escrito por Campos MVP  
Quinta, 08 Agosto 2013 02:53

---



O torneio de 1x1 veio abrir o caminho para a construção técnica dos atletas, caminho este que tem definido uma componente crítica nos atletas em geral, as leituras.

Depois de 3 dias de intenso trabalho e do torneio de 1x1, o 4º dia do evento dá o início à construção do 2x2, quer na componente atacante quer na defensiva, tal como na parte técnica e tática. Bloqueio direto e a sua defesa foram trabalhados de modo a que os jogadores possam assimilar conteúdos importantes no basquetebol moderno.

A par do 2x2, todas as sessões têm vindo a ser acompanhadas de três estações fundamentais para os atletas do Campos MVP "Formação" 2013: Aquecimento Neuromuscular funcional, Técnica Individual de Drible e estação de lançamentos.

De momento todos os atletas estão a absorver bem as cargas e conteúdos dados mas não escondem a ansiedade para domingo, dia em que serão os concursos e marca o início da Liga MVP.

---

{gallery}Galerias/CamposMVP2013/dia4{/gallery}