



## PER TUTTI I GIOCATORI

- Nel borsone ricordarsi di avere sempre una borraccia o una bottiglietta d'acqua a disposizione durante l'allenamento: non si va in bagno a bere.

L'acqua è l'ideale per dissetarsi.

- Per le partite o manifestazioni, avere sempre con sé una copia della carta d'identità valida come documento di riconoscimento ufficiale. Dirigenti e istruttori hanno comunque le copie di tutti gli atleti ma essi stessi devono imparare già da ora a portare il proprio documento.

- I genitori possono entrare a vedere gli ultimi 15 minuti di allenamento. Casi particolari saranno discussi singolarmente con il responsabile del settore minibasket o del settore giovanile. Durante la lezione i bambini e i ragazzi la permanenza in palestra è consentita solo agli atleti. Per un corretto svolgimento degli stessi gli accompagnatori non possono stare in campo o sugli spalti.

- Che tu sia del Minibasket o delle giovanili imparare a gestire e gestirsi nello spogliatoi è **IMPORTANTE**.

I genitori non sono ammessi.

Gli istruttori saranno in aiuto ai più piccoli nei primi tempi.

Solo i dirigenti della squadra, in caso di necessità, stazioneranno nello spogliatoio a controllare un corretto comportamento degli atleti più grandi di età nei confronti dei compagni di squadra.

- Gli atleti (minibasket o giovanili minorenni) devono essere presi all'interno delle palestre a fine allenamento. **NON VERRA' PERMESSO AGLI ATLETI DI USCIRE DA SOLI DALLA PALESTRA PER RAGGIUNGERE GLI ADULTI ALL'ESTERNO IN AUTO** (chi desidera farlo avvisi gli istruttori e sarà responsabile del proprio figlio).



**LA PUNTUALITA':** la puntualità ad allenamento ed alla partita è importantissima. E' un segno di rispetto verso i tuoi compagni e verso i tuoi istruttori, oltre che verso te stesso.

**DIVERTITI:** quando vieni ad allenarti o a giocare una partita il nostro primo obiettivo è divertirci. Vincere è bello, ma ricorda, che comunque vadano le cose, se ti sarai divertito, avrai ottenuto la vittoria più grande. I tuoi istruttori saranno felici di vederti vincente, ma lo saranno molto di più nel vederti sorridente!

**LO SPIRITO DI SQUADRA:** un compagno in difficoltà, va aiutato; se lo vedi triste, cerca di farlo sorridere; se non lo conosci ancora, prova a fartelo amico.

Se ci sosteniamo a vicenda, se ci incoraggiamo, se cresciamo insieme con grinta, con impegno, con voglia di divertirci, diventeremo una **squadra** affiatata che ama il Basket e che sorriderà sempre.  
Una squadra fortissima!

**L'ALLENAMENTO:** è un momento per imparare con divertimento. Le ore che passi in palestra ti permettono di stare con i tuoi vecchi amici e di conoscerne di nuovi, ma sono anche un'opportunità per crescere e per imparare il gioco-sport del Basket.

**LA PARTITA:** la partita è lo specchio dell'allenamento. Se ci alleniamo bene, con impegno e grinta, divertendoci e cercando di migliorare, la partita sarà una grande soddisfazione per te, per i tuoi istruttori e anche per i tuoi genitori. Durante la partita potrai mettere in pratica tutto ciò che hai imparato, potrai mostrare alla tua famiglia quanto stai migliorando, potrai far vedere ai tuoi istruttori che stai crescendo ascoltando i loro consigli.



**LA PANCHINA:** i giocatori che stanno in panchina durante la partita sono importantissimi per chi gioca.

Devono vivere la partita come sul campo, con la stessa grinta e lo stesso entusiasmo, sempre pronti a scattare in campo per rendersi utili e incoraggiare i propri compagni, soprattutto nei momenti di difficoltà.

**I TUOI COMPAGNI:** il compagno che sbaglia non è un tuo nemico, ma un amico che ha bisogno del tuo aiuto per migliorare e per imparare.

**I TUOI ISTRUTTORI:** l'istruttore che ti riprende e ti corregge è un adulto che si interessa a te e lo fa per aiutarti a crescere nel gioco e nella vita del Basket. Approfitte e utilizza i suoi consigli e le sue correzioni per diventare sempre più forte

