

Summer Fundamental Basket Camp 2025

Γνωρίστε τους Κορυφαίους Προπονητές & το Πρόγραμμά μας!

Ακαδημία Μπάσκετ , Ηλικίες 6–18 , 16 Ιουνίου – 4 Ιουλίου 2025

<https://irodotosbc.com/>



Το πρόγραμμα του camp επιμελείται ο Τεχνικός Διευθυντής του συλλόγου μας, κ. **Μακράκης Γεώργιος**.

Την εκπαίδευση θα αναλάβουν οι προπονητές του συλλόγου μας.

Επισκέπτες προπονητές:

Δημήτρης Πρίφτης



Ξεκίνησε την προπονητική του σταδιοδρομία μέσω των τμημάτων υποδομής του ΑΝΟΓ, του Άρη Γλυφάδας και του Γ.Σ. Αργυρούπολης. Ακολούθησε το τμήμα γυναικών του Κρόνου Αγίου Δημητρίου, το ανδρικό τμήμα του Αιγαίου Γλυφάδας και οι Εσπερίδες, από το 1998 ως το 2000, με τις οποίες κατάφερε να ανέβει στην Α1 κατηγορία. Εν συνέχεια, ανέλαβε βοηθός προπονητή του Ντιρκ Μπιάουερμαν στην ομάδα της Δάφνης, ενώ την επόμενη σεζόν, διετέλεσε άμεσος συνεργάτης του Θόδωρου Μπολάτογλου στον Ιωνικό Νίκαιας.

Από το 2003 ως το 2009 παρέμεινε στην ΑΕΚ ως μέλος του τεχνικού της επιτελείου. Το 2008, ξεκίνησε τη συνεργασία του με την Εθνική Ελλάδος, συνεχίζοντας μέχρι το 2012 και επιστρέφοντας στη θέση του assistant coach το 2014.

Το 2009-10, συνεργάστηκε με τον Φώτη Κατσικάρη και τον Ντέιβιντ Μπλατ στον πάγκο του Άρη, πριν συνεχίσει ως πρώτος προπονητής στην ομάδα της Καβάλας, για την επόμενη διετία.

Ακολούθησε η θητεία του στον Ίκαρο Καλλιθέας τη σεζόν 2012-2013 και τον Κολοσσό Ρόδου την επόμενη χρονιά, το φινάλε της οποίας τον βρήκε στον πάγκο του Παναθηναϊκού στο πλευρό του Φραγκίσκου Αλβέρτη. Με τους πράσινους πήρε το μετάλλιο του πρωταθλητή Ελλάδος.

Από το 2014 ως το 2017 ανέλαβε πρώτος προπονητής του Άρη.

Από το 2017-2021 εργάστηκε στην Unicks Kazan

Στη συνέχεια δούλεψε ως head coach στον Παναθηναϊκό

Καρσίγιαγκα Τουρκίας 1 χρόνο

Τώρα εργάζεται ως coach στη Ρετζιανα (2ος χρόνος)

Μάνος Μανουσέλης



Βρίσκεται στη δεύτερη του θητεία του στον Πρωτέα (2010-17 και 2023 ως σήμερα) στην θέση του Τεχνικού Διευθυντή της Ακαδημίας.

Σημαντικοί σταθμοί της καριέρας του, περιλαμβάνουν την καθοδήγηση των Εθνικών Ομάδων Ελλάδος U16 και U21, που συνδυάστηκαν με μετάλλια σε Ευρωπαϊκό και Παγκόσμιο επίπεδο, ενώ αντίστοιχα πετυχημένη ήταν και η παρουσία του στην Εθνική Ομάδα ανδρών του Κατάρ, με την οποία ανέβηκε στην Α κατηγορία στην Ασία.

Σε επίπεδο συλλόγων, ξεχωρίζει η δουλειά που έκανε ως Head Coach

με τους Σανγκάη Σαρκς στην Κίνα και σε ομάδες του Κατάρ όπως η Al Ahli και η Al Sadd, ενώ έχει δουλέψει και στην Κύπρο με τον Απόλλωνα Λεμεσού. Το highlight της προπονητικής πορείας του Coach Μανουσέλης είναι οι συμμετοχές του στο Final Four της Ευρωλίγκας το 2009 και στον τελικό της ίδιας διοργάνωσης με τον Ολυμπιακό το 2010, ως συνεργάτης του τότεμ του Ελληνικού μπάσκετ Παναγιώτη Γιαννάκη!

Λευτέρης Καλογήρου



Ξεκίνησε την προπονητική του πορεία στον Εθνικό Ελληνορώσων. Στο ξεκίνημα της καριέρας του χάραξε ένα σπουδαίο επίτευγμα: την καθιέρωση του Θοδωρή Παπαλουκά στη θέση του play maker, συμβάλλοντας, έτσι, στην εκτόξευση της καριέρας του. Τη δεκαετία του 1990 ήταν μέλος της ομάδας των Αμπελοκήπων, η οποία ξεκίνησε από τις τοπικές κατηγορίες και έφτασε ως την Α1 Εθνική. Τη διετία 1997-1999 ήταν συνεργάτης του προπονητικού επιτελείου του

Παναθηναϊκού, ο οποίος κατέκτησε δυο Πρωταθλήματα Ελλάδος.

Στη συνέχεια ανέλαβε ως πρώτος προπονητής στη Β' Εθνική τις ομάδες του Ηλυσιακού, Αλίμου, Αιγάλεω και Παπάγου, και στη Γ' Εθνική το Ρέθυμνο, την Προοδευτική, τον Ταύρο, και τον Γυμναστικό Χαλκίδας, πανηγυρίζοντας με τις δυο τελευταίες ομάδες την άνοδο. Το 2012 εργάστηκε για τον Ίκαρο Χαλκίδας στην Α1, σεζόν κατά την οποία η ομάδα πέτυχε την είσοδο στα Play-Off για πρώτη και μοναδική φορά στην ιστορία της. Τη διετία 2013-2015 συμμετείχε στο προπονητικό επιτελείο της ΑΕ Ψυχικού και των Εκπαιδευτηρίων Δούκα, στα Πρωταθλήματα της Α2 Εθνικής. Το 2016 ανέλαβε τα ηνία της Καρδίτσας ως πρώτος προπονητής. Τη σεζόν 2017-2018 ήταν προπονητής στον Πανελευσινακό, στο πρωτάθλημα της Β' Εθνικής. Το 2019 οδήγησε τη Χαλκίδα Basketball Academy στην άνοδο της στην Β' Εθνική. Το 2020 αποτέλεσε μέλος του προπονητικού επιτελείου του Χαρίλαου Τρικούπη στην πρώτη του χρονιά στη Basket League. Τώρα εργάζεται ως Head of Development της Eurohoops Academy.

Συνεργάτες

- Γεωργιάδης Νίκος - Αθλητικός Ψυχολόγος
- Λιναρδάκης Στέλιος - Κλινικός Διαιτολόγος Διατροφολόγος
- Τραντάς Γιώργος - Φυσικοθεραπευτής

Συμμετοχή

Το πρόγραμμα αφορά αγόρια και κορίτσια, ηλικίας 6 – 18 ετών . Μπορούν να συμμετέχουν και παιδιά που δεν είναι αθλητές του συλλόγου. Για τη συμμετοχή του παιδιού είναι απαραίτητη η κάρτα υγείας αθλητή ή ιατρική βεβαίωση του παιδιού.

Θα χρησιμοποιηθούν τα δύο κλειστά γήπεδα της Ακαδημίας , το γυμναστήριο, ο χώρος του κυλικείου, την αίθουσα προβολών και ο υπαίθριος χώρος δίπλα από το κυλικείο.

Το κόστος ανά περίοδο θα είναι 90 €

Περίοδοι που θα γίνει 16-20 /6 23-27/6 30/6-4/7

Παροχές του Camp

Μπίρες δημητριακών, Φρούτο μπανάνα, Σάντουιτς, Νερό Μπλουζάκια

Πρώτες βοήθειες - Γιατρός

Έξτρα Δραστηριότητες:

- Ειδικές ημέρες με **guest coaches-players**
- Video analysis για τα μεγαλύτερα παιδιά
- Τουρνουά την τελευταία ημέρα με μετάλλια & διπλώματα
- Παιδαγωγικά και διαγωνιστικά παιχνίδια
- basketball highlights
- Τα παιδιά θα έχουν την ευκαιρία να γνωρίσουν και άλλα αθλήματα

Ομαδοποίηση Αθλητών:

- Promini Group: 6–8 ετών
- mini Group: 9–12 ετών
- Junior Group: 13–15 ετών
- Teen Group: 16–18 ετών

Summer Fundamental Basket Camp (Ηλικίες 6–18)

- **Διάρκεια:** 5 ημέρες (Δευτέρα – Παρασκευή)
- **Περίοδοι που θα γίνει** 16-20 /6 23-27/6 30/6-4/7
- **Ώρες:** 09:00 – 15:00
- **Χώρος:** Κλειστά γήπεδα, γυμναστήριο, υπαίθριος χώρος, διαμορφωμένος χώρος για φαγητό και δημιουργική απασχόληση, αίθουσα προβολών
- Μπορούν να συμμετέχουν και παιδιά που δεν είναι αθλητές του συλλόγου. Για τη συμμετοχή του παιδιού είναι απαραίτητη η κάρτα υγείας αθλητή ή ιατρική βεβαίωση του παιδιού.
- **Αντικείμενα :** βελτίωση τεχνικών δεξιοτήτων ,εστίαση στην ομαδική επίθεση και στην άμυνα όπου ο αθλητής βελτιώνει το ομαδικό του skillset, βελτίωση του ομαδικού πνεύματος και της συνεργασίας, βελτίωση φυσικής κατάστασης, κοινωνικοποίηση μέσω του αθλήματος. Παιχνίδι διαγωνισμοί και διασκέδαση.
- Πληροφορίες

Καθημερινό Πρόγραμμα:

Ώρα Δραστηριότητα

- 09:00 – 09:30 Προσέλευση – Ζέσταμα - Ενεργοποίηση
- 09:30 – 10:45 Ατομική τεχνική (ντρίμπλα, πάσα, σουτ)
- 10:45 – 11:00 Διάλειμμα – Σνακ / Νερό
- 11:00 – 12:30 Ασκήσεις τακτικής / παιχνίδια 1v1, 3v3, 5v5
- 12:30 – 13:30 Μεσημεριανό διάλειμμα / Ξεκούραση /
- 13:30 – 14:30 Διαγωνισμοί (βολές, τρίποντα, layup)

Πρόγραμμα 6-12

Φυσικές ικανότητες (ταχύτητα, ισορροπία, συντονισμό κίνησης)

Τεχνικές δεξιότητες του μπάσκετ (ball handling, ball dribbling, shooting, offense defense 1-1)

Εναρμόνιση και εξοικείωση στις αρχές του ομαδικού πνεύματος.

Παιδαγωγικά και διαγωνιστικά παιχνίδια

Εμφάνιση ενός αθλητή και προπονητή τοπ επιπέδου

Τα παιδιά θα έχουν την ευκαιρία να γνωρίσουν και άλλα αθλήματα

Παιχνίδια με το νερό

Όλα με διασκεδαστικό και ευχάριστο τρόπο, προσαρμοσμένα στις ηλικιακές κατηγορίες που απευθύνεται

Τα παιδιά μας θα έχουν την ευκαιρία να βελτιώσουν τη φυσική τους κατάσταση, να αναπτύξουν την ικανότητα συνεργασίας, την επικοινωνία και την ομαδικότητα μέσα από δραστηριότητες και παιχνίδια και θα αποκτήσουν αξέχαστες εμπειρίες

Πρόγραμμα 13-18

Έλεγχος και Χειρισμός της μπάλας

Πάσα και Υποδοχή

Ρημπάουντ

Shot Day

Προπόνηση ατομικής τεχνικής με βοηθήματα

Ξεμαρκάρισμα και επιθετικές κινήσεις - περιφερειακού / ψηλού

Ασκησιολόγιο για λήψη της σωστής απόφασης (μείωσης χρόνου λήψης απόφασης - αποφάσεις σε καταστάσεις close out)

Συνεργασίες 2 ON 2 – 5 ON 5

Προπόνηση φυσικής κατάστασης

Ανάπτυξη ψυχικής ανθεκτικότητας αθλητών - τριών

Basketball highlights

Τουρνουά – Διαγωνισμοί

Εμφάνιση αθλητών και προπονητών τοπ επιπέδου

Εγγραφείτε Τώρα!

Ελάτε να ζήσετε μια αξέχαστη εμπειρία μπάσκετ! Επικοινωνήστε μαζί μας ή επισκεφθείτε το site μας για εγγραφές.

<https://irodotosbc.com/> — 2810 244205