

El Llobató



Butlletí Informatiu del Club Bàsquet Calella ~ Temporada 2009-10

Gener de 2010

Número 05

MANIFEST PER A L'EDUCACIÓ I L'ESPORT

L'esport és:

Educació. Perquè té associats uns valors que són essencials en la formació de la personalitat i de les habilitats socials com per exemple la tolerància, l'esperit d'equip, el joc net i el respecte als altres i a les normes, la força de voluntat, l'autoestima i la perseverança. I perquè, com a llenguatge universal, és una font de coneixement.

Salut. Perquè protegeix contra les malalties causades per la manca d'exercici, enforteix el sistema immunològic, millora la qualitat de vida, i ens fa ser més conscients del nostre cos, així com de les nostres capacitats i limitacions.

Participació. Ja que requereix una implicació personal i col·lectiva en les diferents formes de pràctica, com la competició o el lleure, així com una certa regularitat i constància al llarg de totes les etapes de la vida, per tal de fer realitat els seus beneficis físics i mentals.

Oci. Perquè ens permet ocupar el temps de lleure de forma divertida, amb la família, els amics i les amigues, o en contacte amb la natura.

Relació. Per propiciar les relacions interpersonals i multiculturals, i contribueix a una millor convivència, solidaritat, acceptació i respecte a la diversitat, així com a la integració dels grups de població més desfavorits.

Treball. Tant personal com en equip, a l'hora d'afrontar la superació d'un esforç individual o col·lectiu, per a la consecució dels objectius que ens hàgim traçat.

Generalitat de Catalunya




cercle dental
implantològic AMADEU

 Col. nº 2.242 Dr. Miquel Àngel Contreras Martínez
 Col. nº 4.121 Dr. Joan Carles Loughney Castells

Carrer Amadeu, 30, baixos - 08370 CALELLA (Barcelona)
Tel: 937691291 - Fax: 937664079

JOGUINES
LA ESMERALDA

Bruguera, 128 - CALELLA
937695205

Totes les joguines i els millors regals per a nens !!!

LA ESMERALDA 2

Matas i Rodés, 14 - CALELLA
Tot en joguines de jardí!

RESULTATS COMPETICIONS OFICIALS Gener'2010

Dies 9 i 10 de gener de 2010:

SM	AECAM Malgrat - CB Calella A Termotor	85 - 64
SM	CB Centelles - CB Calella B Veterans	93 - 92
SM	CB Blanes Cargols - CB Calella C	45 - 56
JM	Lliçà d'Amunt A - CB Calella A Termotor	72 - 48
JF	CB Calella - CB Vilassar de Mar	62 - 37
CM	CB Grup Barna A - CB Calella A	28 - 76
CM	Gramenet BC A - CB Calella B	55 - 81
CM	CB Premià de Dalt - CB Calella C	62 - 47
IM	UE Mataró B - EBCB Calella	40 - 56
IF	EBCB Calella - UB Sant Adrià	45 - 57
MM	UER Pineda de Mar 3 - EBCB Calella	28 - 51
MF	JM Sant Andreu - EBCB Calella	67 - 27
PM	EBCB Calella A - Jac Sants A	61 - 50
PM	EBCB Calella B Mx - Maristes Ademar B	47 - 15

Dies 16 i 17 de gener de 2010:

SM	CB Calella A Termotor - UB Llefià A	71 - 65
SM	CB Calella B Veterans - CB Les Franqueses	81 - 59
SM	CB Calella C - Free Bàsquet Lloret	51 - 65
JM	CB Calella A Termotor - BC Tecla Sala A	60 - 63
JM	CB Santa Perpètua - CB Calella B	46 - 70
JF	Lluïsos de Gràcia - CB Calella	46 - 54
CM	CB Calella B - CB Vilassar de Mar A	61 - 54
CM	CB Calella C - CN Sabadell B	69 - 84
IM	EBCB Calella - UE Sant Cugat 2	35 - 44
IF	UE Mataró - EBCB Calella	73 - 37
PIM	CB Caldes - EBCB Calella	50 - 66
MM	EBCB Calella - CB Premià de Dalt	91 - 32
MF	EBCB Calella - CB Caldes	28 - 65
PM	CB Granollers B - EBCB Calella A	24 - 141
PM	CB Vilassar de Mar - EBCB Calella B Mx	64 - 51

Dies 23 i 24 de gener de 2010:

SM	CB Calella A Termotor - Sant Narcís A	80 - 71
SM	CB Calella B Veterans - CB Premià de Dalt	68 - 76
SM	CE Palamós - CB Calella C	62 - 51
JM	CB Calella A Termotor - CB Sant Josep Gir B	46 - 54
JM	ACB Palau Plegamans - CB Calella B	54 - 52
JF	BAM - CB Calella	35 - 62
CM	CB Calella A - SAFA Claror B	66 - 44
CM	CB Calella B - AE Minguel·la C	66 - 52
CM	CB Calella C - GOABB Dosa	85 - 30
IM	EBCB Calella - Climasol Roser B	55 - 53
IF	Uni Girona - EBCB Calella	74 - 44
PIM	CB Mollet A - EBCB Calella	47 - 55
MM	UE Mataró C - EBCB Calella	36 - 76
MF	CB Lliçà de Vall - EBCB Calella	55 - 31
PM	UE Barberà - EBCB Calella A	49 - 81
PM	CB Sant Vicenç Montalt - EBCB Calella B Mx	24 - 108

Dies 30 i 31 de gener de 2010:

SM	CE Palamós - CB Calella A Termotor	74 - 78
SM	CB L'Ametlla - CB Calella B Veterans	59 - 63
SM	Juventut Pals - CB Calella C	41 - 55
JM	CB L'Hospitalet B - CB Calella A Termotor	82 - 45
JM	CB Calella B - UE Montgat B	61 - 57
JF	CB Calella - CE Sant Nicolau	70 - 40
CM	Juventut Badalona C - CB Calella A	45 - 85
CM	CB Sant Cebrià A - CB Calella B	48 - 74
CM	El Masnou Bàsquetbol - CB Calella C	33 - 45
IF	EBCB Calella - CB Amposta	60 - 34
PIM	EBCB Calella - Sant Gervasi 1	72 - 34
MF	EBCB Calella - CE Sant Nicolau B	27 - 32
PM	EBCB Calella A - CBO Cerdanyola A	93 - 45
PM	EBCB Calella B Mx - SA Natzarret A	49 - 22

Jugats: 204 Guanyats: 130 (63.7%) Perduts: 74 (36.3%)

En el bàsquet professional es fan més bloquejos indirectes que no pas directes.

ANIVERSARIS

Aniversaris del mes de febrer:

Dia 1	Jordi Vives	10 anys
Dia 4	Edmar Nascimento	13 anys
Dia 9	Víctor Caparrós	13 anys
Dia 12	Joan Villaret	30 anys
Dia 13	Ricard Flores	16 anys
Dia 14	Marçal Bagó	12 anys
Dia 14	Oriol Codina	10 anys
Dia 15	Pol García Rodríguez	10 anys
Dia 17	Anna Arola	13 anys
Dia 18	Carla Mas	16 anys
Dia 18	Laia-Ruth García	5 anys
Dia 19	Mathias Silva	18 anys
Dia 21	Bernat Llobet	30 anys
Dia 22	Marc Ferrer	17 anys
Dia 23	Anna Castañeda	23 anys
Dia 23	Julieta Peláez	12 anys
Dia 25	Jordi Bernat Escobairó	17 anys
Dia 25	Marc Puigdefàbregas	14 anys
Dia 28	Sergi Esteve	27 anys

Moltes felicitats, a totes i a tots!!!

TROBADES D'ESCOLES DE BÀSQUET

A partir d'aquest mes de febrer començaran les Trobades de les Escoles de Bàsquet 2009-10, on hi participarà el grup dels nens i nenes de l'Escola de Bàsquet del CB Calella, nascuts els anys 2002 i 2003.

L'objectiu d'aquestes trobades és totalment lúdic, en unes activitats on els nostres nens i nenes podran compartir l'experiència del joc del bàsquet amb nens i nenes d'altres escoles de bàsquet.

Consisteix en fer un partidet, arbitrat per un noi o noia jove, en el que no hi ha ni marcador, ni acta del partit, ni resultat. El més important és jugar tots plegats i divertir-se, sense tenir en compte els punts, ni el fet de guanyar o perdre.

A l'acabar hi ha un "tercer temps", en el que l'equip de casa convida els visitants a un refresc o a un senzill pica-pica.

És un bon sistema per anar familiaritzant els pares amb el fet de co-

mençar a dedicar un dissabte o diumenge al partidet dels seus fills.

A través d'aquestes trobades volem donar prioritat a la formació i educació, tant esportiva com humana, en valors i normes, dels nens i de les nenes.

De ben segur que ens ho passarem d'allò més bé!

Janira Ferrer

SOCIS/IES DEL CLUB Establiments

Amb el carnet de soci/a, podeu obtenir avantatges econòmics a:

XOC l'esport

C/ Església, 80 CALELLA

Cercle Dental AMADEU

C/ Amadeu, 30 CALELLA

Basar J. PERA

Nou, 50 SANT POL DE MAR

MESOS Pre-Mamà i Bebè

Església, 52 CALELLA

EL PICAROL

Bruguera, 127 CALELLA

Belles Arts i Manualitats ÀNGELS

Amadeu, 51 CALELLA

Merceria EL PEDACET

Balmes, 19 CALELLA

Comercial AMADEU

Amadeu, 32 CALELLA

TOT TROFEU

Sant Jaume, 368 CALELLA

Clínica Veterinària CALELLA

R. dels Frares, 25 CALELLA

RENARD PELLIS

Església, 106-108 CALELLA

Església, 180-182 CALELLA

MURALLA ÒPTICA

Església, 144 CALELLA



BAR PAVELLÓ

Pavelló Municipal d'Esports
"Parc Dalmau"

Ctra. N-II, s/n - CALELLA - Tel. 937694400

Caltio Joan

C/ Jovara, 32
CALELLA, El Maresme
Telf. (93) 7660360
BARCELONA

CLÍNICA VETERINÀRIA CALELLA

Dr. JOSEP ESTAÑOL MASVIDAL

VETERINARI LLICENCIAT COL. 1352

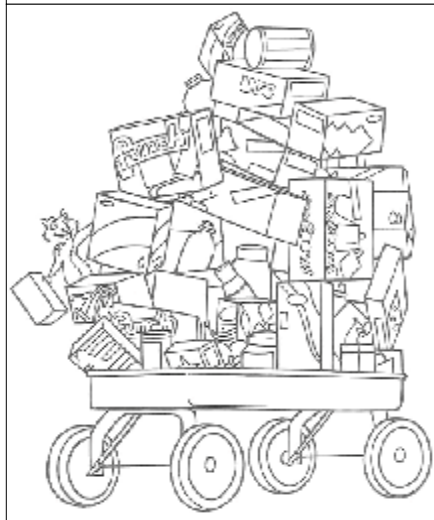
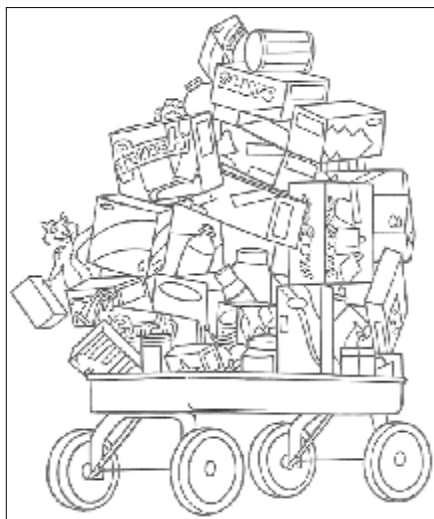
Medicina
Cirurgia
Anàlisi clíniques
Ecografia
Raigs X
Higiene bucal
Vàcunes
Homeopatia
Alimentació i Dietètica
Boutique
Perruqueria



Rierany dels Frares, 25, baix
Tel. 937661196 - Mòbil 65848585
08370 CALELLA

LES 8 DIFERÈNCIES

Troba les 8 diferències entre aquests dos dibuixos:



MILLORA DE LES HABILITATS DEL JUGADOR

Els jugadors milloren les seves habilitats en tres fases:

Primera fase. L'objectiu principal és desenvolupar els components físics i els elements tècnics d'una habilitat. A mesura que es van refinant els components, es van integrant de forma progressiva a un sistema complet. El desenvolupament d'aquests components tècnics ha

d'anar paral·lel al desenvolupament de les habilitats físiques dominants o de suport, com la potència i la velocitat, ja que l'execució adequada d'una tècnica és una funció de la preparació física. És millor, doncs, iniciar aquesta primera fase en l'etapa preparatòria del pla de la temporada.

Segona fase. El principal objectiu d'aquesta fase és el perfeccionament de sistemes integrats (l'habilitat completa) en condicions estandaritzades que simulin un ambient de competició. Es poden introduir competicions de caràcter amistós al final d'aquesta fase i continuar entrenant les habilitats motrius específiques de la posició. És millor iniciar la segona fase de perfeccionament d'una habilitat en la segona part de l'etapa preparatòria.

Tercera fase. El principal objectiu durant la tercera fase és establir el sistema integrat i adaptar-lo a les situacions de joc. Així, doncs, els entrenadors han d'exposar els seus jugadors a pressions comuns que poden trobar-se en una competició (com el soroll o el cansament) per que s'acostumin a les futures circumstàncies en un partit.



Si utilitzes bé les teves pròpies habilitats, en lloc de fer servir les que diu la gent, et sentiràs millor amb el teu treball i més capacitat per assolir l'èxit.

ELS VALORS FORMATIUS DEL BÀSQUET

La paraula esport significa "restabliment". Aquest pensament es troba segurament en la mateixa condició humana, i s'expressa primer en el joc infantil, després en els objectius finalistes del rendiment físic. Per això mateix es publicita el benefici del físic en el centre dels objectius que es pretenen obtenir amb la pràctica del bàsquet.

La pràctica esportiva no repercuteix només en els aspectes físics, sinó que també es manifesta en els aspectes psíquics. Cal tenir present que l'exercici físic degudament orientat, exerceix una forta excitació en la personalitat sencera, o sigui, també en la voluntat i en totes les activitats psico-espirituals. En els nivells d'alt rendiment el valor no és en el rendiment, sinó en el desenvolupament de la personalitat de l'individu. No és el rendiment màxim com a tal el que aporta benefici a l'esportista, sinó la satisfacció que li atorga haver assolit la fita proposada, després de molt temps d'esforç i de treball intens.

El qui concibeix l'esport i el practica justament té a les seves mans un dels millors mitjans d'educació. No es tracta de l'aspecte físic, es tracta del desenvolupament d'aquelles qualitats i possibilitats que ens posen en situació d'atacar i vèncer les dificultats.

L'experiència ensenya que l'èxit no s'assoleix amb la millor tècnica o amb la millor tàctica, sinó amb la voluntat de victòria i la fe en un mateix i en la seva pròpia capacitat.

L'esport del bàsquet, practicat en la seva justa mesura, amb implicacions, objectius i reptes personals, assoleix un molt alt valor formatiu de la personalitat, a diferència de l'esport utilitzat com a element lúdic, com a única finalitat, del que només s'obté el benefici del fet físic.

GÈNERES DE PUNT *Venda al major*

Maria Gili Margenats, s.l.

Sant Jaume, 371-373 (Ctra. N-II) - 08370 CALELLA
Tel. 937660427 - Fax 937661521

XOC l'esport

Església, 80 - Tel. 937690464 - CALELLA
Església, 312 - Tel. 937662343 - CALELLA
Torrentó, 4 - Tel. 972370236 - LLORET DE MAR



croissanteria
patisserie
gelateria

Església, 203-205
Tel. 937695409
08370 Calella

Cafeteria CAN XENA Especialitat en tapes variades i entrepans EL SEU LOCAL PREFERIT Església, 314 - Tel. 937690687 - CALELLA	Comercial AMADEU Amadeu, 32 - Tel. 937690995 CALELLA	ÀNGELS BELLES ARTS i MANUALITATS Amadeu, 51 - Tel. 937694361 - CALELLA
FOTO NUYEN STUDY Balmes, 50 - Tel. 937690682 CALELLA	Basar J. PERA Nou, 50 - Tel. 937601017 SANT POL DE MAR	RENARD Pells Església, 180-182 - Tel. 937691630 Església, 106-108 - Tel. 937690713 CALELLA
PICAROL Bruguera, 127 - Tel. 937661810 CALELLA	Gestió Immobiliària PALET Rierany dels Frares, 67-73, local 2 - CALELLA Tel i Fax 937662296 info@inmobiliariapalet.com	Autoservei GELMÀ CASAS Sant Isidre, 25 - Tel. 937691442 CALELLA
SANT PAU⁵ Pujada de Sant Pau, 5 - Tel. 937600035 Nou, 2 - Tel. 937602054 SANT POL DE MAR	TOT TROFEU Sant Jaume, 368 - Tel. 937661314 CALELLA	MESOS PRE-MAMÀ i BEBÈ Església, 52 - Tel. 937693207 - CALELLA
Merceria EL PEDACET Tot en merceria pasamaneria Horari: 9.30 a 13.30 i 17 a 20.30 (dimarts matí tancat) Balmes, 19 - Tel. 937661363 - CALELLA	CAN VILLARET Església, 123 - Tel. 937660851 CALELLA	Drogueria MARGA Sant Antoni, 88 - Tel. 937661699 CALELLA

www.cbcalella.com

...la teva web



Pizzeria-Restaurant **TERRACOTA**, patrocina *L'ENIGMA del mes...*

Un rellotger ven dos rellotges per 60 euros cada un. Amb el primer obté un benefici del 20%, i amb el segon una pèrdua del 20%. Hi va guanyar o hi va perdre, en el negoci?

SOLUCIÓ A L'ENIGMA ANTERIOR (desembre 2009):

Dos amics tenen una capsa de bombons amb 300 bombons. Cada un triga 20 segons a menjar-se un bombó. Podran menjar-se entre els dos tots els bombons de la capsa en 17 minuts?

No, matemàticament no és possible. I, si ho fos, tampoc podrien perquè els agafaria molt mal de panxa.



TERMOTUR

aire condicionat - calefacció - gas - tractament d'aigües