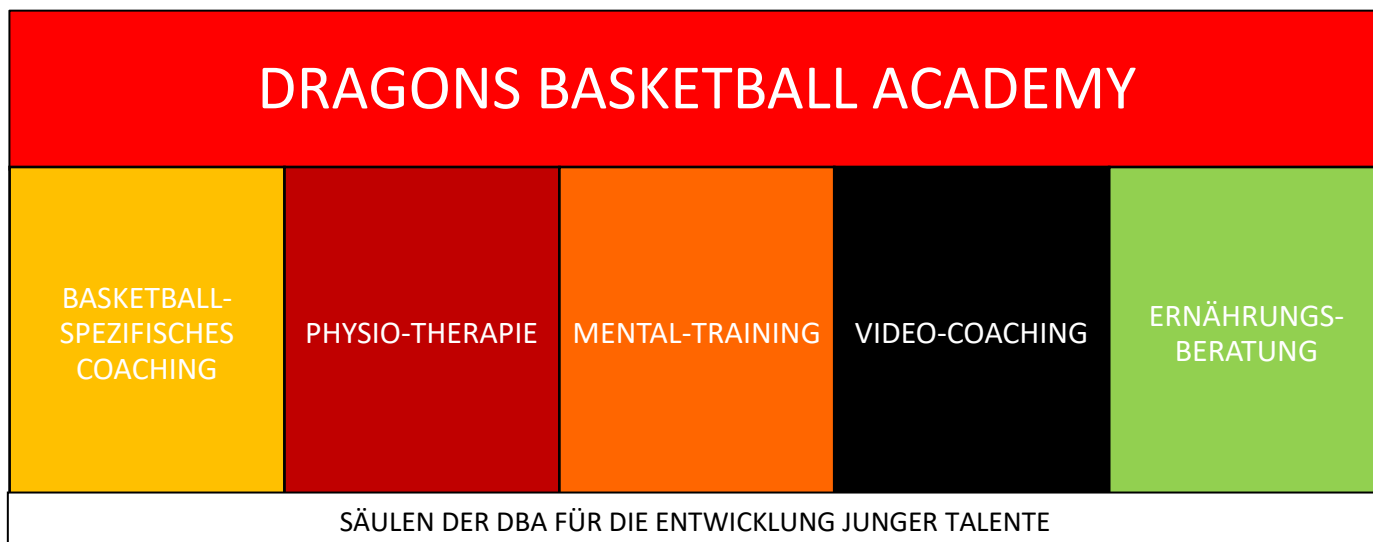




Die Dragons Basketball Academy ist eine Leistungsbasketballakademie, die Spieler mithilfe von Coaching durch qualifizierte Trainer, Ernährungspläne, Mentaltraining, Physiotherapie und Videocoaching auf die professionelle Sportkarriere vorbereitet.



Der Leiter der Dragons Basketball Academy Sebastián Campos Flores koordiniert die Säulen DBA individuell auf die Spieler angepasst. Oben sind die fünf Säulen aufgezeichnet, die von der DBA hauptsächlich behandelt werden, weil sie eine essenzielle Rolle bei der Entwicklung eines Leistungssportlers spielen.

Die Basketballtrainer der DBA haben Erfahrung in diversen Amateur- und Profiligen und engagieren sich für jedes Talent, das in der Academy aufgenommen wird.

Ausgewogene und gesunde Ernährung spielt eine entscheidende Rolle bei der Leistung der Athleten. Jeder Spieler erhält eine individuelle Ernährungsberatung, die ihm helfen kann, seine Leistung zu verbessern.

Mentaltrainer helfen den Spielern dabei, sich auf ihr Spiel zu fokussieren und auf dem Spielfeld ruhig zu bleiben. Durch mentales Training werden mentale Fähigkeiten ausgebildet und gefördert, welche in bestimmten Spielsituationen entscheidend sein können, wie z.B. die Risikofreude der Spieler.

Zu einer umfassenden Förderung als Leistungssportler gehört auch die Kooperation mit der Physiotherapie. Um dies auch im Rahmen der DBA Ausbildung gewährleisten zu können, ist eine Zusammenarbeit mit professionellen Physiotherapeuten geplant. Primär soll es in den Sitzungen darum gehen, Verletzungen vorzubeugen und die Belastbarkeit der Athleten zu erhöhen.

Videotraining vereinfacht Situationen und hilft den Spielern, sich auf das Wesentliche (die Form und die Technik) zu konzentrieren, sich neue basketballtechnische Skills auf simple Weise anzueignen und aus den eigenen Fehlern zu lernen.