



GSD LIDO DI ROMA BASKET

OSTIA BASKETBALL ACADEMY

La nascita dell'Academy

Nella stagione 2013/2014 prende vita il progetto dell'Academy.

L'intuizione nasce dall'esperienza di Matteo Picardi, Presidente della Lido di Roma Basket, il quale ha avuto modo di vivere le foresterie della Montepaschi Siena e della Stella Azzurra Roma, due fiori all'occhiello del sistema college sportivo italiano.

E' suo il progetto di realizzare un modello di Academy che unisca **crescita cestistica, scolastica e umana** per i ragazzi che la frequentano.





La crescita dell' Academy

L'Academy nasce in un piccolo appartamento di tre stanze e ospita inizialmente soli quattro ragazzi.

Negli anni successivi procede il reclutamento di giovani talenti, anche fuori dai confini nazionali, che ha portato nell'attuale stagione sportiva 2015-2016 ad ospitare **tredici ragazzi tra i 13 ed i 18 anni che provengono da tutta Italia e da tutta Europa.**

L'organizzazione dell'Academy

Gli atleti della Lido di Roma Academy vivono in due appartamenti nel territorio di Ostia:

- nella **zona notte** ogni atleta ha diritto ad un posto letto, un armadio personale, in una stanza comune con altri 2, max 3 ragazzi.
- la **zona giorno** presenta spazi comuni, dove vengono consumati i pasti e svolte le attività scolastiche e ricreative.

I **tutor** costituiscono il principale riferimento dei ragazzi: li seguono i ragazzi nell'andamento scolastico, organizzano la loro giornata e mantengono vivo il contatto con le famiglie dei ragazzi che ricevono costantemente feedback delle attività, del comportamento e della crescita dei loro figli.



Sport e Alimentazione

I **menu settimanali** dell'Academy sono stilati da un **nutrizionista** con l'obiettivo di adottare un regime alimentare appropriato sia durante i periodi di allenamento sia durante il periodo che precede le competizioni.



Il modello Lido di Roma
BASKET SCUOLA VITA



Basket | L'ATLETA

Lo staff tecnico:

- Allenatori con esperienza pluriennale e brillanti risultati conseguiti a livello nazionale
- Preparatori fisici, laureati IUSM, che cresciuti con il preparatore fisico di serie A1 Carlo Voltolini

Preparazione atletica e cestistica

Il lavoro svolto dai nostri professionisti ha un periodo di circa undici mesi, in modo da garantire ai nostri atleti una buona condizione fisica in modo continuativo.

Ogni giocatore ha un programma personalizzato, redatto dai nostri preparatori, in stretta collaborazione con gli allenatori, per un miglioramento personalizzato di ogni qualità propria di ogni giocatore.

Ogni squadra esegue un minimo di due allenamenti atletici a settimana, spesso combinati con la tecnica, in modo tale da trasformare il lavoro fisico nei movimenti specifici della pallacanestro.

La weekly schedule degli allenamenti prevede 5 giorni a settimana di allenamento di squadra di TOT ore, insieme a due allenamenti individuali.



Basket | L'ATLETA

La Lido di Roma basket è inoltre in accordo con un importante **centro fisioterapico** che lavora con la **AS Roma Calcio**, per dare ai nostri atleti il miglior supporto terapeutico allo sport.



Scuola | LO STUDENTE

Ad ogni atleta della Lido di Roma Academy viene richiesta la capacità di **conciliare i risultati sportivi con quelli scolastici**: una buona educazione ed una mentalità vincente, sia nello sport che nella scuola, favorisce la fiducia in se stessi ed il conseguente successo anche in altri settori.

WORK HARD
PLAY HARD



Studio | Il progetto formazione

Due i percorsi formativi proposti ai ragazzi:

BASE

In collaborazione con le scuole pubbliche presenti sul nostro territorio, vengono elaborati per ogni singolo giocatore un percorso formativo che ponga attenzione alle capacità e alle caratteristiche individuali di ciascuno di essi, con particolare riguardo anche alla cultura di provenienza e all'integrazione dei ragazzi stranieri.

PLUS

Con questo percorso il singolo atleta potrà essere inserito all'interno di complessi privati. I complessi nel nostro territorio presentano numerosissimi indirizzi per la scuola superiore e servizi quali il tutoraggio scolastico, la piattaforma elearning per un più facile apprendimento ed uno sportello didattico aperto a tutti gli studenti.

Ogni studente potrà personalizzare il proprio percorso di studi, ottenendo una preparazione di alto livello.



Vita | LA PERSONA

La Lido di Roma Academy mira a far crescere prima di tutto ragazzi che siano **autonomi e responsabilizzati** rispetto alle proprie attività quotidiane.

E' infatti per questo che ogni atleta ospitato in Foresteria deve rispettare un Regolamento che prevede:

- responsabilità e divieti, *circa l'utilizzo della struttura messa a disposizione;*
- norme comportamentali, *circa gli obblighi e i doveri da rispettare:*
- rispetto degli orari, modalità di comunicazione per richieste di vario genere, ecc..

Ad ogni ragazzo è richiesto a turno di:

- occuparsi della pulizia degli spazi adibiti ai pasti e delle stoviglie utilizzate
- prendersi cura dei propri effetti personali, lavando il proprio abbigliamento
- presentarsi agli allenamenti e alle partite con l'abbigliamento societario adeguatamente in ordine.

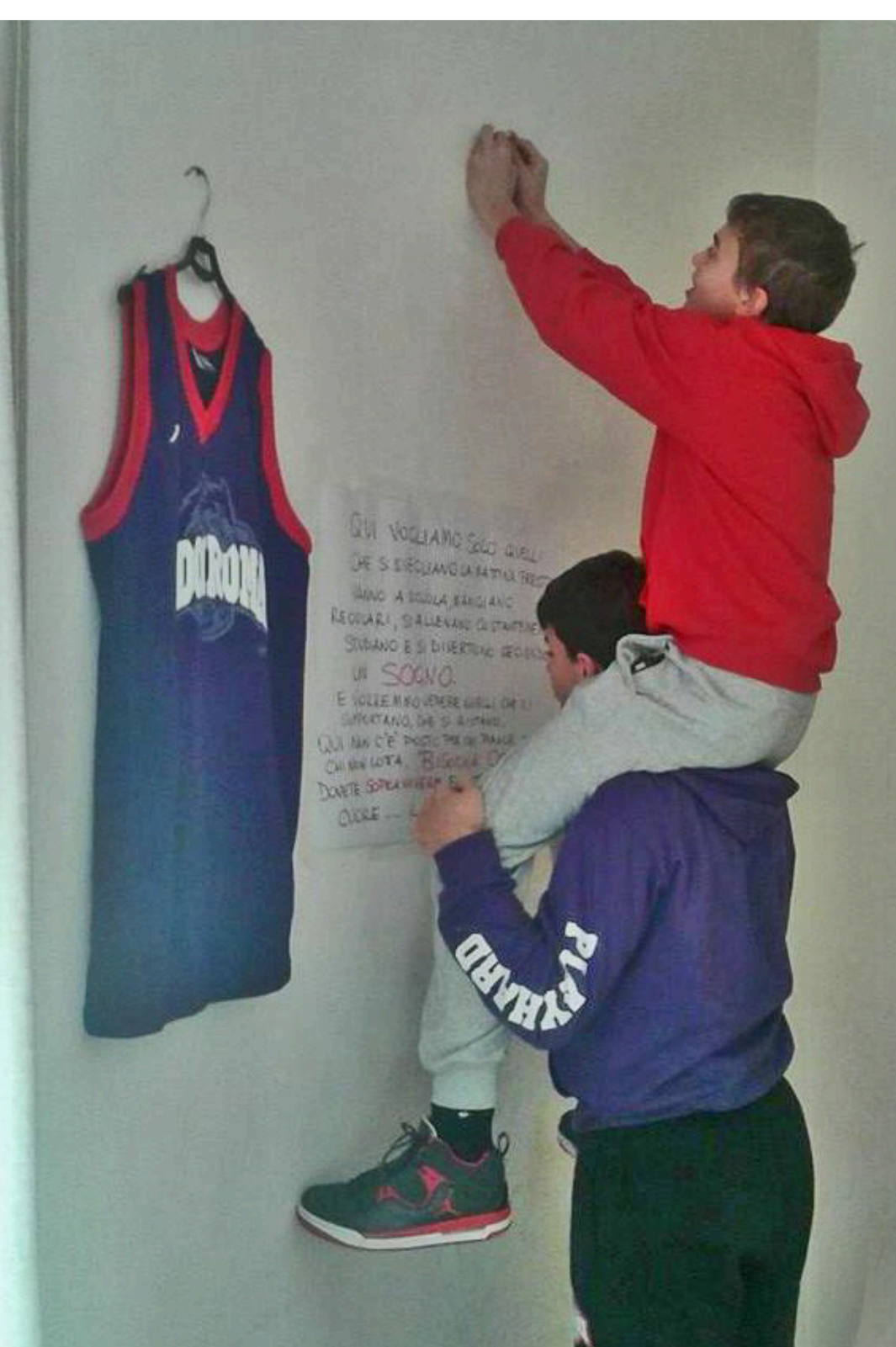


Vita | LA PERSONA

Il clima che si respira tuttavia è quello di una **grande famiglia** all'interno della quale ogni singolo è importante, anche in funzione del ruolo che ricopre all'interno della collettività.

Si cerca di conciliare gli spazi privati dei singoli, non dimenticando mai la vita del gruppo, svolgendo attività comuni quali

- **Cucina**
- **Cineforum**
- **Gite culturali e ricreative**
- **Giochi**









Lido di Roma
WORK HARD PLAY HARD

