

O meu desafio de hoje é tentar num breve artigo fazer um em três, ou seja, em poucas palavras conseguir abordar um tema e duas lendas do basquetebol. O tema: Não há perfeição sem repetição, muitas repetições.

As lendas: o Prof. Mário Lemos  e o José Mário Soares, a quem aproveito para prestar uma singela homenagem.

Tudo isto feito através de uma breve estória, que pode servir de exemplo aos jovens treinadores e praticantes.

Quando aos, quatorze, quinze anos comecei a jogar basquete, para me estimular a fazer corretamente muitas repetições o Prof. Mário Lemos, sempre me transmitiu, que o basquetebolista, que ele tinha ensinado e treinado, aquele que era mais perfeito na execução das diferentes técnicas da modalidade era o José Mário. Para realçar a importância das repetições na correção, Mário Lemos deu-me o seguinte exemplo. Se ele dizia ao José Mário que executasse ganchos debaixo do cesto, alternadamente com a mão direita e a mão esquerda, e por estar a treinar outros aspetos do jogo com os restantes praticantes, se se esquecesse dele, passado uns largos minutos, quando se lembrava de novo do José Mário lá estava ele a repetir com correção e afinco os lançamentos de gancho.

Contudo, nunca se esqueçam, que se a repetição é fundamental para a perfeição, a repetição incorreta é a origem de vícios difíceis de corrigir.