

# MAGAZYN

## WARSAW BASKETBALL



WYWIADY  
**KATARZYNA TATOL**  
**KACPER SARNA**  
**JAKUB WĄSOWSKI**  
**TR. DANIEL PRZYŻECKI**

O NAS  
**DRAFTCAMP**



# WARSAW BASKETBALL

## Ferie

---

Zimowa przerwa w roku szkolnym. My jednak się nie zatrzymujemy. W trakcie ferii dalej prowadzimy treningi, a chętni jadą na nasze zimowe obozy. Ligi młodzieżowe wracają do gry w weekend 25-26.02.

OTO, CO W WYDANIU!

---

3 - TR DANIEL PRZYŻECKI

6 - DRAFT CAMP

---

7 - PAWEŁ NOWAKOWSKI

9 - KATARZYNA TATOL

10 - JAKUB WĄSOWSKI

---

13- ZDROWE KIBICOWANIE

15- SUKCESY KADR

---



# Daniel Przyżeczki

## **Kiedy zaczęła się Twoja przygoda z koszykówką?**

Moja przygoda z koszykówką zaczęła się dosyć późno bo dopiero w gimnazjum. Mój dobry kumpel powiedział żebym przyszedł na trening do MAK-a (teraz Warsaw Basketball) i zobaczył czy mi się spodoba. Chyba się spodobało skoro nadal mam zajawkę na koszykówkę i wszystko co z nią związane :)

## **Jakie masz inne hobby?**

W zimę uwielbiam jeździć na snowboardzie a w lato mam zajawkę na rolki. Wszelaki sport to moje hobby. Od dzieciaka byłem zapisywany na różne zajęcia (dziękuję mamie :\*) i nie mam problemu z próbowaniem nowych rzeczy.

## **Jak zaczęła się Twoja przygoda z trenowaniem innych?**

Byłem zawodnikiem, grałem w lidze wiatrów, jeździłem na obozy Draft Camp. Podczas tego wszystkiego obserwowałem trenerów i widziałem jaką frajdę mają z prowadzenia zespołu lub z prowadzenia treningów. Zgłosiłem się na pomocnika trenera, bo też chciałem zobaczyć jaki można mieć z tego fun. Po jakimś czasie dostałem swoje grupy treningowe a od 2021 roku dostałem do prowadzenia kadrę WB rocznika 2012.



## Trener

**CREIGHTON, TARANTULE,  
KADRA CHŁOPCÓW 2012**

# Daniel Przyżeczki

## Co jest dla Ciebie najfajniejsze w koszykówce?

Dla mnie najfajniejsze w koszykówce jest to, że jak w nią gram czy trenuję to zapominam o wszystkich problemach i nie ważne jaki mam humor danego dnia koszykówka zawsze potrafi mnie wprowadzić w dobry mood :)

## Co jest dla Ciebie najtrudniejsze w koszykówce?

Wstawanie na poranne treningi :) a tak na poważnie to jak ja grałem jako zawodnik w koszykówce najtrudniejsze dla mnie było opanowanie stresu, nie potrafiłem się wyluzować. Na treningach do gierk zawsze podchodziłem trochę luźniej i było wszystko super ale jak trzeba było zagrać mecz ligowy to prawie zawsze byłem spięty i popełniałem głupie błędy, oddawałem brzydkie rzuty. Dopiero kiedy już nauczyłem się opanowywać stres związany z meczem wszystko przychodziło łatwiej i grało się po prostu lepiej.

Jeśli chodzi o samą koszykówkę to tak jak w każdym sporcie najtrudniejsze dla mnie jest dyscyplina i samozaparcie. Bez wytrwałości i poświęcenia w dążeniu do celu ciężko osiągnąć coś dużego.

## Jakie cechy musi posiadać dobry trener?

Dobry trener wg mnie powinien być:

- opanowany
- konsekwentny
- przyjacielski



# Daniel Przyżeczki

## **Co daje Ci największą satysfakcję w trenerstwie?**

Największą satysfakcję w trenerstwie mam gdy widzę swojego zawodnika lub zawodniczkę którzy z meczu na mecz, z treningu na trening stają się lepsi i zdobywają coraz więcej punktów lub innych statystyk w meczach i widzę to jak się rozwijają.

## **Który zawodnik NBA był dla Ciebie wzorem?**

Kobe Bryant. Bardziej podziwiałem go za jego etykę pracy. To jakim był on tytanem pracy mnie szokowało i nie byłem w stanie sobie wyobrazić jak to możliwe tak ciężko pracować grając w koszykówkę.

## **Który trener jest dla Ciebie wzorem?**

Staram się sam być dla siebie wzorem. Nie mam trenerów których obserwuje lub na których się wzoruje.

## **Jakie masz marzenia związane z koszykówką?**

Moim marzeniem związanym z koszykówką zawsze będzie - zobaczyć mecz NBA na żywo.



# Zostań trenerem

Warsaw  
Basketball

Podejmij  
wyzwanie





# Draft Camp

Jesteśmy zdania, że granie meczów koszykarskich jest fajne, a jest ku temu za mało okazji szczególnie w wakacje. Organizujemy obozy koszykarskie z dużą ilością meczów, dla zawodników z całej Polski. Wszystko zaczęło się od tego, że kochamy grę. Połowę młodzieńcych lat spędziliśmy na treningach, ale polskie realia nigdy nie stworzyły systemu gry, o którym marzymy. Dziesięć lat temu postawiliśmy sobie cel, żeby jak najwięcej ludzi grało w basket i żeby mieli ku temu jak najwięcej okazji. W Draft Campach wzięło już udział parę tysięcy osób.

---

Draft Camp to 9 dni wypełnionych meczami i koszykówką z ponad 80 rówieśnikami z całej Polski.

---





# FIRST COMES THE GAME

OBOZY KOSZYKARSKIE Z LIGĄ

**LATO 2023**

ROCZNIKI 2004-2012



[WWW.DRAFTCAMP.PL](http://WWW.DRAFTCAMP.PL)



# Charakterystyka DC



DC to obozy letnie dla każdego. Z podziałem na obozy dla chłopaków, dziewczyn i kategorię junior

Pełna liga z Drafterem i meczem codziennie (4x15 minut) Play-off i walka o Mistrzostwo

W trakcie DC każdy rozgrywa przynajmniej 8 pełnych meczów - 4x15 minut. Z pełnymi statystykami i skrótami video. Co najważniejsze mecze te dzięki draftowi są wyrównane, a każdy zawodnik ma swój gwarantowany czas gry.

Idea obozu oparta jest o draft. Ten system pozwala stworzyć wyrównane drużyny podczas campu. Stawiamy przede wszystkim na zdobywanie doświadczenia meczowego. Trenerzy, w oparciu o analizę umiejętności i potrzebne role w zespole, kompletują skład swych drużyn spośród obozowiczów z konkretnych roczników, biorących udział w draftcie.

Każdy obóz podzielony jest na dwie dywizje. Dzięki temu rozwiązaniu każdy będzie grał z zawodnikami na podobnym poziomie. Nieważne czy jest zawodnikiem klubowym czy dopiero zaczyna przygodę z koszykówką.

Trenerzy są bardzo ważną częścią rozwoju zawodników. Dlatego dbamy o to żeby nasza kadra miała odpowiednie kompetencje, podejście i nastawienie żeby zmaksymalizować Wasz potencjał. Poza tym wszyscy są pasjonatami koszykówki, podobnie jak Ty!

Chcesz mieć poczucie, że robisz wszystko dla swojego rozwoju? Dołącz kolejną cegiełkę do rozwoju swojej kariery. Weź udział w ogólnopolskim obozie koszykarskim Draft Camp!

# Kacper Sarna

## Od kiedy grasz w kosza?

Zacząłem grać w koszykówkę jak miałem 7 lat.

## Jakie masz inne hobby?

Oprócz koszykówki trenuję pływanie oraz lubię jazdę na hulajnodze wyczynowej. Lubię spędzać czas w AVE PARK i czasami na skate park Piaseczno.

## Czy poza treningami robisz coś, żeby poprawić swoje umiejętności koszykarskie?

Często chodzę z moim Tatą lub Mamą i moim Bratem na boisko i trenujemy zwody oraz rzuty. Uczę się także gry 1:1.

## Co uważasz za swój największy sukces sportowy?

Dopiero zaczynam grać mecze więc nagroda MVP jest moim jak dotąd największym sukcesem. Poza koszykówką mam parę medali w zawodach pływackich.

## Co jest dla Ciebie najfajniejsze w koszykówce?

Najbardziej lubię grać mecze oraz trenować z Panem Jackiem

## Jak myślisz dlaczego zostałeś MVP:

Udało mi się rzucać dużo punktów, wyszło mi kilka zwodów oraz zawsze walczyłem z całą drużyną. Najważniejsze, że nigdy się nie poddawałem bez względu na wynik meczu.



# MVP

**DZIKA LIGA JUNIOR WIOSNA  
2022**

# Kacper Sarna

## **Co jest dla Ciebie najtrudniejsze w koszykówce?**

Najtrudniejsze dla mnie są rzuty za 3 pkt. Nie mam jeszcze wystarczająco dużo siły. Ale jak skończę 10 lat to może będzie mi to lepiej wychodziło.

## **Przeciwko któremu zawodnikowi gra Ci się najtrudniej, dlaczego?**

Najtrudniej grało mi się z drużyną LWÓW. Nie przeciw jednemu zawodnikowi, ale cała drużyna była dobra i trudno się przeciwko nim grało.

## **Czy masz jakiegoś zawodnika lub sportowca, który jest dla Ciebie inspiracją?:**

Lubie oglądać jak gra Lamelo Ball.

## **Jakie masz rady dla innych zawodników swojej ligi?**

Trzymać się 3 zasad: słuchanie, dyscyplina i pokora.

## **Jakie masz marzenia związane z koszykówką?**

Po prostu chciałbym dużo grać:)

# Katarzyna

## Tatol

### Od kiedy grasz w kosza?

Od października 2021 roku. Wcześniej, gdy miałam 6 lat chodziłam przez niecały rok na zajęcia do MBA (Mini Basket Academy), ale nie były to takie prawdziwe treningi. Głównie były tam gry, tory przeszkód i zabawy, tylko niektóre związane z koszykówką. A kosze były takiej wysokości, że inne dzieci nie mogły do nich doskoczyć, a ja robiłam wsady;-)

### Jakie masz inne hobby?

Zanim zaczęłam grać w koszykówkę trenowałam pływanie i jazdę na rolkach. Jeżdżę na nartach i uczę się żeglować. Poza tym bardzo lubię czytać książki. Należę też do ZHR (Związku Harcerstwa Rzeczypospolitej), czasem muszę wybierać czy pojechać na obóz harcerski czy koszykarski. Ostatnio wygrywa koszykówka:-).

### Co uważasz za swój największy sukces sportowy?

Za największy sukces drużynowy uważam ten grudniowy: razem z reprezentacją mojej szkoły: SP 399 zdobyłam mistrzostwo Ursynowa w ramach Warszawskiej Olimpiady Młodzieży. Za największy sukces indywidualny uważam otrzymanie MVP finału i sezonu Girls League Junior Jesień 2022, a wcześniej uzyskanie tytułu Najlepszej zawodniczki kadry WB na turnieju w Inowrocławiu i nagrody Wyróżniającej się zawodniczki na turnieju w Bydgoszczy. Ale mam nadzieję, że te największe sukcesy jeszcze przede mną :).



# MVP

**GIRLS LEAGUE JUNIOR  
JESIEŃ 2022**

# Katarzyna

## Tatol

### **Jakie masz rady dla innych zawodniczek swojej ligi?**

Dużo trenować i wierzyć w swoje umiejętności. Poza tym warto brać udział w obozach treningowych np. w tych organizowanych przez WB. Po obozie w Wyszkowie Zima 2022 przekonałam się, że 4,5 godziny treningu dziennie nie jest takie straszne jeśli się naprawdę lubi grać w koszykówkę. Nie należy się też przejmować jak coś nie wychodzi, następnym razem się uda.

Aha, 1 lub 2 treningi w tygodniu to za mało żeby robić znaczące postępy:-)

### **Co jest dla Ciebie najfajniejsze w koszykówce?**

Najfajniejsza jest rywalizacja na boisku, poprawianie swoich umiejętności oraz zawieranie nowych znajomości. To właśnie dzięki koszykówce poznałam swoje przyjaciółki (Zosię, Polę, Juleczkę i Manię).

### **Co jest dla Ciebie najtrudniejsze w koszykówce?**

Najtrudniejsze jest potem granie przeciwko moim przyjaciółkom:-) gdy trzeba je zablokować, minąć i zdobyć punkty. A i bez tego każdemu meczowi towarzyszą emocje i stres. Czasem nie umiem sobie z nimi radzić.

### **Jakie masz marzenia związane z koszykówką?**

Chciałabym grać coraz lepiej. Mam marzenie, żeby kiedyś zagrać w reprezentacji Mazowsza, a potem może w reprezentacji Polski.

# Jakub Wąsowski

## Od kiedy grasz w kosza?

Zacząłem już w 4 klasie ale niestety po pół roku zrezygnowałem. Na szczęście 4 lata temu postanowiłem spróbować jeszcze raz i zapisałem się na treningi w Warsaw Basketball. Wtedy dołączyłem też do ligi i stałem się jej wiernym fanem. Mimo że jakiś czas temu zmieniłem klub, dalej biorę udział w rozgrywkach.

## Jakie masz inne hobby?

Koszykówka zajmuje mi dużo czasu i w połączeniu ze szkołą nie mam go już wiele dla siebie ale kiedy już mam wolną chwilę lubię odpocząć oglądając serial, czytając książkę lub słuchając podcastu.

## Co uważasz za swój największy sukces sportowy?

Zdecydowanie będzie to zdobycie nagrody mvp nieistniejącej już :( ligi amerykańskiej. Była to moja pierwsza i do niedawna jedyna nagroda, która wymagała ode mnie przepracowania ciężko wakacji i zrobienia dużego postępu. Mimo że była przyznana w słabszej dywizji sprawiła mi ogromną satysfakcję.

## Czy masz swoją rutynę przedmeczową, jak się przygotowujesz?

Kiedyś starałem się odpocząć przed meczem, przespać, posłuchać muzyki. Teraz po prostu wrzucam buty i strój do torby i wychodzę z domu. W ten sposób pozbyłem się stresu, a do meczu przygotowuje się już na hali. Zacząłem traktować koszykówkę jako coś co po prostu robię bo lubię, a nie muszę się na to odpowiednio nastawić.



# MVP

**BIG 4 JESIEŃ 2022**

# Jakub Wąsowski

## **Co jest dla Ciebie najtrudniejsze w koszykówce?**

Najtrudniejsza w koszykówce zdecydowanie jest obrona ponieważ jest ona zawsze reakcją na ruch atakującego. Drużynowe rozumienie się i odpowiednia rotacja pod własnym koszem też pełni kluczową rolę i prawie zawsze decyduje o losach meczu. Jest to też część koszykówki która najbardziej lubię trenować bo jej rozwój indywidualny zależy tylko ode mnie i od mojego zaangażowania w mecz/gierkę

## **Co jest dla Ciebie najfajniejsze w koszykówce?**

Najfajniejsza dla mnie w koszykówce jest gra zespołowa. Ruch piłki pomiędzy świetnie rozumiejącymi się zawodnikami stwarzający okazję na prosty rzut lub wjazd. Nie jestem fanem gry drużyn opierających się na grze 1 na 1 ani zawodników którzy przetrzymują piłkę i sam staram się tego nie robić. Lubię kiedy zawodnik wchodzący w posiadanie od razu podejmuje szybką decyzję zachowując płynność gry.

## **Który zawodnik NBA to dla Ciebie wzór?**

Jak zacząłem oglądać NBA byłem ogromnym fanem Allena Iversona, ale z czasem jak zacząłem bardziej rozumieć grę w koszykówkę, że chodzi o coś więcej niż tylko efektowne wjazdy zacząłem się przyglądać grze Stephena Curryego, Chrisa Paula, Lebrona Jamesa. Oczywiście nadal lubię oglądać boiskową dominację Giannisa czy Ziona.

# Jakub Wąsowski

## **Jakie masz marzenia związane z koszykówką?**

Zawsze marzyłem żeby grać na jak najwyższym możliwym poziomie, ale obecnie bardziej bym chciał zostać trenerem i będę się starał to osiągnąć, już teraz próbuje swoich sił jako junior coach. Chciałbym kiedyś prowadzić drużynę która dzięki ciężko przepracowanym treningom wygrywała by mecze.

## **Miałeś okazję grać w Wielkim Finale. Co sądzisz o takiej formie? Czy wpłynęła ona jakoś na Ciebie, zespół? Czy obecność kibiców coś zmieniła? Uważasz, że przyszłe finały również powinny iść w tę stronę?**

Na pewno było to niesamowite doświadczenie, nigdy mojej gry nie oglądało tyle osób. Po zawodnikach na boisku było widać że są pod ogromną presją, ale myślę że wraz z następnymi finałami, na które liczę, wszyscy oswoimy się z taką formą rozgrywek. Do tego doszedł fakt że graliśmy na hali, dla wielu zawodników nowej i zupełnie innej niż te, na których gramy zazwyczaj, to też na pewno miało wpływ, szczególnie na skuteczności z gry.





**WB**  
**09 i 08**

29.01 na Wilanowie odbył się turniej koszykówki o Puchar Burmistrza dzielnicy Wilanów, wspierający akcję WOŚP. Do turnieju zgłosiły się trzy drużyny z WB. Jedna z rocznika 09 i dwie z 08.

W fazie grupowej spotkały się następujące drużyny:

Grupa A

Warsaw Basketball r. 2009

Sparta Warszawa

Bazyliżki Warszawa

Einstein Warszawa

Grupa B

Warsaw Basketball r. 2008 White

Warsaw Basketball r. 2008 Black

Sparta II Warszawa

SP 400 Warszawa

Wygrane w meczach grupowych pozwoliły naszym zawodnikom wyjść z najwyższych lokat do dalszej części turnieju.

W pierwszym półfinale WB 08 White, dzięki pewnej grze pokonały ekipę Einstein Warszawa. W bratobójczym półfinale spotkały się nasze pozostałe drużyny. Młodsza ekipa postawiła wymagające warunki i przez długi czas utrzymywał się wynik remisowy. Dopiero w drugiej połowie starsza ekipa wyszła na prowadzenie i wygrała spotkanie sześcioma punktami.

W meczu o 3 miejsce po emocjonującym spotkaniu rozgrywanym przez większość czasu punkt za punkt WB 09 okazało się lepsze od ekipy Einstein i zapewniło sobie miejsce na najniższym stopniu podium. Natomiast w finale w przyjacielskim meczu pomiędzy rówieśnikami z Warsaw Basketball ekipa Black zmotywowana chęcią rewanżu za jednopunktową porażkę w grupie szybko wyszła na prowadzenie i pomimo walki do samego końca utrzymała bezpieczne 10-punktowe prowadzenie aż do samego końca meczu finałowego.



## Skład 09

Leon Sawicki  
Franek Kacperski  
Antoni Sapała  
Kuba Bogulas  
Janek Melon  
Kacper Wysocki  
Tymek Jozefiak  
Paweł Nowakowski



## Skład 08 Black

Artur Kozłowicz  
Nikodem Paprocki  
Mateusz Maślanka  
Filip Wencel  
Grzegorz Mordyński  
Stanisław Salik  
Filip Pertkiewicz



## Skład 08 Black

Karol Orczyk  
Marcel Fiodorowicz  
Juliusz Żuławski  
Michał Pietrasiewicz  
Andrzej Chaber  
Xawery Kania  
Gaweł Rabiński  
Bartek Nowisz



# Gramy!

kliknij, aby przejść na strony www



## Treningi Warsaw Basketball

Kilkadziesiąt grup: różne dzielnice, różne roczniki, różne poziomy!



## Dzika Liga

Liga dla Dziewcząt i Chłopców w wieku 9-13.  
Dywizje z podziałem na wiek i poziom.



## Girls League

Liga dla Dziewcząt w wieku 14-19.  
Dywizje z podziałem na wiek i poziom.



## WB Divisions

Liga dla Chłopców w wieku 14-19.  
Dywizje z podziałem na wiek i poziom.



## Draft Camp - obóz letni

9 dni, pełna liga, niezastąpione doświadczenie  
meczone i zawodnicy z całej Polski

zobacz więcej!

