

VÁNOČNÍ KEMP CENTRA TALENTOVANÉ MLÁDEŽE JČ KRAJE

Místo konání: Velká tělocvična ZŠ Vyšší Brod

Pořadatel: KST ZŠ VYŠŠÍ BROD

Termín: 26.a 27.prosince 2017

Denní program:

Úterý 26. 12.

Trénink 10:00 - 12:00

Přestávka na oběd

Trénink: 13:30 – 15:30

Trénink: 16:00 – 17:30

Středa 27. 12.

Trénink 10:00 - 12:00

Přestávka na oběd

Trénink: 13:30 – 15:30

Trénink: 16:00 – 17:30

Metodika:

Vzhledem k tomu, že se kempu zúčastní vyspělí hráči, bude kemp zaměřen na tyto prvky:

Servis, příjem první míč, vytvoření tlaku na soupeře.

Razance úderu, důraz na přímý úder.

Práce trupu při úderu

Pohyb do stran

Kondiční prvky.

Vybavení tělocvičny: Stoly-8ks, míčky cca 25 ks, tělocvičné náradí + robot ROBOPONG .

Trenéři: Michal Vávra, Pavel Mleziva

Stravování: Na vlastní náklady ve městě.

Zdravotnické zabezpečení: Stanice první pomoci cca 400m od herny.

Přihlášky: Nominovaní hráči pouze písemně e-mail: mleziva18@centrum.cz

Kontakt na pořadatele: Pavel Mleziva tel: 606172091 e-mail: mleziva18@centrum.cz

NOMINACE:

Tentokrát, vzhledem k období Vánočních svátků a možnostem rodičů při vybírání dovolené, je **nominace formou pozvánky**. Žádáme všechny pozvané hráče, aby svoji **účast i neúčast** oznámili e-mailem na adresu: mleziva18@centrum.cz. V případě účasti v jen jeden den kempu **upřesněte v který**.

Pozvaní hráči:

Heinzl, Pešek, Doležal, Beneš, Beneš, Sivera, Sivera, Jehně, Losos, Dobiáš, Kuchta, Nečasová, Procházková, Meškánová, Pazderová, Novotná, Dubravcová, Dubravcová, Halabrn, Hodina, Kulhánek, Posel, Krejčová, Jarošová, Jarešová, Levai, Hlavatý, Holub, Holubová, Ondráček, Levaiová, Petru, Myler, Nedvěd.

SPARING:

Procházka Jaroslav V.Brod , Eva Pokorná Kotlářka Praha, Jakub Harenčák Baník Havířov.
8.12.2017

Pavel Mleziva
KST ZŠ VYŠŠÍ BROD