

III. tréninkový kemp talentované mládeže
Středočeského kraje v sezóně 2021 - 2022
uskutečněný ve dnech 05. – 07. 11. 2021 ve Vlašimi



Kempu ve Vlašimi se zúčastnilo celkem 13 dětí.

Účast středočeské mládeže:

Bárta, Slámová, Maršíčková, Maurerová, Šulek, Toužimská Leontýna, Toužimská Rozálie, Koros, Budilová, Horák Jan, Horák Jakub, Čebišová, Balog.

Trenéři: Hana Šopová, Hana Valentová.

Placený sparing – Pěnkavová, Bošinová, Balog, Papírník.

Neplacený sparing – Glogar, Chaloupka.







Cílem kempu bylo zaměření na stínování (pohyb v prostoru) a hlavně na fyzickou přípravu.

V sobotu a v neděli ráno byl ranní běh k Čínskému altánu v krásném Vlašimském parku spojený s historickou vsuvkou.

Milým překvapením byla narozeninová párty nejmladšího účastníka – již 8 - letého Jakuba Horáka.

Zúčastnil se i extraligový hráč Jan Valenta, který měl poté debatu s dětmi o své kariéře a ukázkou servisu.

V sobotu za pěkného počasí jsme byli na atletickém stadionu, kde děti absolvovali zkoušku vytrvalosti tzv., 12 - minutový běh.

V sobotu byla na pořadu také soutěž smíšených čtyřher.

Opakovaně je třeba zdůraznit, aby se trénink v oddílech orientoval na pravidelné začlenění nácviku servisu a jeho příjmu, stínování a posilování všech partií těla vlastní vahou.