

Zpráva ze soustředění přípravného juniorského družstva juniorek (ME 2021)

Datum: 15. - 18.2.2020

Místo: Vyškov, sportovní hala Purkyňova 39

Účast: 15.2. – 18.2. 15 závodnic

Neúčast: -omluveny: 0

-neomluveny: 0

Trenérské zajištění: Natalia Telegina, Hanne Langová, Kateřina Kapounková, Kamil Dvořák (klasický balet)

Program tréninků:

<u>datum</u>	<u>čas</u>	<u>dislokace</u>	<u>Tréninková náplň</u>
15.2.	10.00 – 11.00	Baletní sál	Klasický balet
	11.00 – 13.00	Sportovní hala	Kondiční příprava s míčem
	14.00 – 16.00	Sportovní hala	Rozcvičení
	16.30 – 18.00	Sportovní hala	Technika házení- míč
16.2.	9.00 – 10.00	Baletní sál	Klasický balet
	10.00 – 12.00	Sportovní hala	Kondiční příprava se stuhou
	13.00 – 16.00	Sportovní hala	Rozcvičení
	16.30 – 18.00	Sportovní hala	Technika házení- stuha
17.2.	9.00 – 10.00	Baletní sál	Klasický balet
	10.00 – 12.00	Sportovní hala	Kondiční příprava s náčiním
	13.00 – 16.00	Sportovní hala	Rozcvičení
	16.30 – 18.00	Sportovní hala	Technika házení, výměny, kolaborace- míč
18.2.	9.00 – 12.00	Sportovní hala	Akrobacie, kondiční příprava
	13.00 – 17.00	Sportovní hala	Rozcvičení, technika házení, výměny, kolaborace- stuha

Organizační zajištění: Kateřina Kapounková

Hanne Langová

Ubytování: hotel Atrium Vyškov, Kroměřížská 4 (dvoulůžkové pokoje)

Snídaně, obědy + večeře: hotel Atrium Vyškov, Kroměřížská 4

Obědy: sportovní hala Purkyňova 39, dovoz z hotelu Atrium, Vyškov

Svačina: sportovní hala Purkyňova 39, Vyškov

Přeprava hala-hotel-hala: osobní automobily trenérek

Realizační tým doporučuje přizvané závodnice (Anna Vobořilová, Nela Elederová, Natálie Valehrachová) na základě sledování v průběhu soustředění zařadit do přípravy.