

RHC Karviná 2002 – příprava na LODM 2017 zahájena

RHC Karviná 2002 zahájilo dvouletý tréninkový cyklus, jako přípravu pro LODM 2017. Do výběru RHC Karviná trenéři klubů Moravskoslezského kraje nominovali celkem 33 hráčů ročníku 2002. V září 2016 se připojí k přípravě nejlepší hráči ročníku 2003. Pod hlavičkou RHC Karviná 2002 se budou hráči připravovat na Letní olympiádu dětí a mládeže v roce 2017. Hlavní trenéři výběru RHC 2002 Jana Hajžmanová a Ing. Jan Martínek v závěru přípravy vyberou konečnou čtrnáctku hráčů, kteří budou reprezentovat Moravskoslezský kraj na LODM 2017.

První kemp se konal v hale STaRS v Karviné 14.11.2015 a nesl se v duchu „poznávání“. Do tříhodinového tréninku se zapojili spolupracující trenéři z Kopřivnice, Frýdku- M, Ostravy a Krmelína a hráči pod jejich vedením v první části kempu trénovali techniku míče, střelbu na branku, HČJ a OČJ ve hře 1:1. Hlavní trenéři tak měli možnost v těchto cvičeních si ověřit házenkářskou vyzrálост hráčů. V druhé části byli kluci rozděleni do čtyř družstev a sehráli mezi sebou malý turnaj. Hlavní trenéři měli tak možnost vidět hráče přímo ve hře. V roli rozhodčích se zapojili ostatní trenéři. Kempu se zúčastnilo 28 hráčů z Karviné, Frýdku Místku, Ostravy, Krmelína, Nového Jičína a Kopřivnice. Omluvili se dva hráči pro nemoc, jeden se omluvil bez udání příčiny absence a dva hráči se neomluvili vůbec. Po celou dobu se o hráče po zdravotní stránce starala paní Andrea Jančíčková, ať už šlo o drobné naraženiny, tejpý, masáže a v závěru i dozor ve vířivce.



RHC Karviná 2002 – 2. minikemp

V sobotu 05.12 2015 se opět ve sportovní hale v Karviné sešlo 26 hráčů a kemp byl rozdělen do tří fází. V první fázi byli hráči rozdělení do skupin dle postů. Opět se jim věnovali trenéři spolupracující s HHC Karviná. Následoval trénink brankařů, kterým se věnoval pan Bartoň, o nácvik hry pivotů se staral pan Břežný, pan Rajnoha se věnoval křídům, spojky měli na starosti trenéři pan Martínek a Hývnar. Ve druhé části kempu se hlavní trenéři zaměřili na nácvik obranném systému 1:2:3. Po společném obědě a krátkém odpočinku byli v třetí fázi kempu hráči rozdělení do 3 týmů, kde si zahráli miniturnaj. Praktikovala se obrana 1:5 i nacvičovaná obrana 1:2:3. Po celou dobu minikempu byla přítomna paní Jančíčková, která zajišťovala zdravotní dozor a vyřívku, kterou měli hráči možnost využít k regeneraci.



RHC Karviná 2002 – 3. minikemp

Ve čtvrtek odpoledne 17.12.2015 bylo pozváno na minikemp do Karviné 18 hráčů. Díky projektu Moravskoslezského kraje, slovenského Trenčinského kraje a polského svazu Katowice je výběru RHC Karviná 2002 umožněno v rámci herní přípravy hrát turnaj Česko-slovensko-polskou ligu v kategorii starších žáků. V první část odpoledního minikempu byla věnována útočné herní činnosti jednotlivce a střelbě spojek po následné cloně sbíhajících křídel. Ve druhé části „pilovali“ hráči obranný systém 1:2:3.



RHC Karviná 2002 – 4. minikemp+ turnaj ČSPL

V neděli 20.12.2015 vybraných 17 hráčů se zúčastnilo prvního turnaje Česko -slovensko-polské ligy v kategorii starších žáků. Náš výběr RHC Karviná 2002 je o rok mladší než jeho soupeři: Výběr MSKSH 01 A, Výběr MSKSK 01 B, MŠK Povážská Bystrica, Kúpele Bojnice a HKÁK Martin. „Kluci se hodně snažili, praktikovali jsme někdy s menším, či větším úspěchem nacvičovanou obranu 1:2:3. V útočné fázi se také kluci snažili o sběh křídel, ale většinou se chtěli prosadit ve hře 1:1. Pochopitelně o proti rok starším a vyspělejšími soupeři spíše neuspěli, ale vše nahrazovali bojovností, příležitost dostali všichni hráči.“ hodnotili první turnaj trenéři Jana Hajžmanová a Jan Martínek. V tomto projektu čeká na tyto hráče ještě tři turnaje, v lednu, únoru a březnu 2016.

