

KCM – Jihočeský kraj – 2. sraz

Termín:	31.10.2021, 9:00-17:00
Hráčky:	12 hráček ročník 2008 a mladší
Trenéři:	Chromá, Kubátová, Sebění, Oulík
Místo:	ZŠ O. Nedbala

Srazu se zúčastnilo celkem 12 děvčat z celkového „předběžného“ počtu vybraných 21. Důvodem nízkého počtu zúčastněných, byl sraz repre výběru Naděje 2008 (3 děvčata) a ostatní v karanténě kvůli covid-19.

Děvčata byla vybavena sportovním vybavením (4x triko, 1x šortky, 1x láhev na pití). Účelem 2. srazu bylo zjistit připravenost děvčat z klubu - jak fyzickou, individuální tak herní.

V dopolední části byl kladen důraz na techniku, IHČ (postavení nohou, pohyb pod míč!!!), fyzickou zdatnost a zdravotní stav. Některé kluby v době podzimních prázdnin netrénovaly, a to se projevilo na výkonu vybraných děvčat. Dále to byla nedostatečná fyzická výdrž při základních činnostech. Hodně děvčat má problém se zádovým svalstvem, což na místě řešila „fyzio“ Valérie Chromá. Následně budeme informovat kluby, aby se problémem děvčat zabývaly.

V odpolední části jsme se věnovali útočnému úderu, příjmu a bloku.

Na závěr srazu byl turnaj smíšených družstev chlapci/děvčata. Další část poznání týmu ohledně komunikace, pohybu a přehledu na hřišti.

V hledáčku máme další hráčky, které chceme oslovit a zapojit do širšího kádru KCM, pro další plánovaný sraz, který se bude konat 17. 11. 2021 v tělocvičně ZŠ Máj.

Zapsal: Přemysl Oulík