

Vítkovická 3083/1, 702 00 Ostrava 2

KEMPY PRO TALENTOVANÉ DÍVKY Z MORAVSKOSLEZSKÉHO KRAJE ROČNÍKU 2009-2012

V rámci projektu Krajské volejbalové akademie podporovaného Moravskoslezským krajem jsme začali organizovat také kempy pro mladší ročníky s výhledem výběru hráček, které budou reprezentovat Moravskoslezský kraj na Letní olympiádě v roce 2009.

První tento kemp proběhl v roce 2022 v termínu 31.5. – 1.6. 2022. Jednalo se o dvoudenní kemp konaný ve sportovní hale v Raškovících za účasti 26 hráček (VK Polanka, KV Kopřivnice, ŠSK Bílovec, TK Sokol Frýdek-Místek, VK Raškovice, TJ Ostrava, TJ Hlučín) a 8 klubových trenérů (VK Raškovice, VK Polanka, KV Kopřivnice, SVK Nový Jičín, TJ Ostrava). Ubytování a strava byla v neděli zajištěna v rekreačním středisku Paskov na Morávce, v neděli byla strava zajištěna v rámci jídelny v ZŠ Raškovice.

Náplň kempu byla zaměřena na fyzickou kondici, koordinaci a kompenzační cvičení s trenérkou Katrin Horváthovou a Janem Sonnkem a na individuální herní činnosti – útočná úder, odbití prsty a bagrem pod vedením Lenky Fabikovičové (trenérka ČVS) a pomocných klubových trenérů z KV Kopřivnice, SVK Nový Jičín a VK Polanka.

Za organizaci a koordinaci zodpovídala Šárka Sonnková.



Sekretariát:

Ing. Šárka Sonnková

Tel: +420 604 676708

e-mail: mskvs@seznam.cz

Vítkovická 3083/1, 702 00 Ostrava 2

V rámci projektu Českého volejbalového svazu zorganizoval MS KVS ve spolupráci s Janou Mitáčovou a Lenkou Fabikovičovou dvoudenní kemp bez noclehu pro dívky 2010-2012 v termínu 11.-12. 4. 2022 v Ostravě, v hale míčových sportů TKJ Ostrava, Varenská. Kempu se zúčastnilo 21 hráček z různých klubů MSK- VK Polanka, KV Kopřivnice, ŠSK Bílovec, TK Sokol Frýdek-Místek, VK Raškovice, TJ Ostrava, TJ Hlučín, VK Kylešovice.

Kemp byla zaměřený na jednotnou metodiku odbití prsty a ukázky zahřátí a přípravy hráček na tréninkovou jednotku. Na závěr následovalo protažení a uvolnění.

hlavní trenérka: Lenka Fabikovičová, trenérka ČVS

kondiční trenér: Jindřich Douda, kondiční trenér SVK Olymp Praha

kluboví trenéři: Šárka Sonnková, Ondřej Šimák, Kudela, Eliáš Blahovec

Koordinátor: Šárka Sonnková



Sekretariát:

Ing. Šárka Sonnková

Tel: +420 604 676708

e-mail: mskvs@seznam.cz