

Info k soustředění 28.4.2018 (sobota):

Program:

10:00 – příjezd účastníků



KURT č.1

rozhodčí Maruška Kubíčková



KURT č.2

rozhodčí Jiří Kubíček



KURT č. 3

rozhodčí Andy Václavková

11:00
zápas č. 1

R. Procházka
vs.
M. Čermáková

J. Bajtek
vs.
A. Peška

K. Cuřínová
vs.
J. Žabka

13:00
zápas č. 2

A. Peška
vs.
M. Čermáková

J. Bajtek
vs.
J. Žabka

K. Cuřínová
vs.
R. Procházka

14:30
zápas č. 3

M.Čermáková
vs.
J.Bajtek

K.Cuřínová
vs.
J. Žabka

R. Procházka
vs.
A. Peška

16:00
2 tiebreakové
směny

A. Peška
vs.
M. Čermáková

R. Procházka
vs.
J. Bajtek

K. Cuřínová
vs.
J. Žabka

Na závěrečné tie-breakové směny si prohodte barvy. Časy může upravit dle okolností Marián Lačný, trenérský dozor.

Cíl pro reprezentanty:

Hra pod tlakem, identifikace a uvědomění si vlastních chyb, nastavení pozitivních změn v domácím tréninku.

Záměr soustředění:

Vytvořit soutěžní prostředí, v němž si otestují hráči své herní návyky a vytrénují reakce pod tlakem a odolnost při fyzické zátěži.

Aktuální herní forma a cíle:

BC3 Marcelka Čermáková a Adam Peška:

Herní forma u obou BC3 hráčů je zhruba 80-90%, nasadit ladku o trochu víc bude pro soupeře vyžadovat hrát pravděpodobně na 100%. Protože házečí třídy mají výhodu lob-shotů, budou oba BC3 hráči přemýšlet jak svůj míč dostat za jacka, ale to je úplně v pohodě, Marcelka i Adam takhle musí přemýšlet ikdyž hrají proti mezinárodně nejlepším hráčům BC3, oni zase mají skvělé superhardy a hrají do takové vzdálenosti, aby rozrazili cokoliv.

Ovšem protože mají vždycky v sadě jen jeden, klidně se taky při hře s BC3 můžou soupeři vymezit pouze na 1 lob-shot, záleží jak hra bude probíhat. Pokud by Adam nebo Marcelka prohrávali, lobshoty nemusí soupeř používat vůbec. Klidně si to i řeknětě, ono je to jako kdyby hráli třeba proti soupeři BC3, který je méně kvalitně technicky vybaven a superhard třeba nemá vůbec. Efekt lobshotů se dá už dnes přirovnat k efektu rozrazu superhardem, záleží na celkové strategii (vzdálenosti kam hráč hraje).

Výsledky 9 bodových testů u obou, Marcelky a Adama stabilně nad 200 bodů, což vykazuje herní stabilitu a přesnost. Jejich soupeři se budou muset připravit na to, že u těchto hráčů budou **rozrážet**, takže pokud máte s "trojkama" hned první zápas, rozcvičte se a zahřejte si svaly.

Cíl:

Kombinace trénované v domácím prostředí pohodlně a úspěšně aplikovat ve hře, zaměřit se na to, mít jacka pod kontrolou (zepředu i zezadu nejlépe)..s BC4 máte tu nejlepší příležitost rozvinout svou fantazii a přemýšlet nad tím, co asi může soupeř vymyslet.

Nezapomínejte, že můžete uplatnit i taktiku, předpoklad je, že na dálku BC4 tak přesní jako vy nebudou, navíc je připravíte o lobshoty. Je to na vás. myslím že ta hra bude velmi vyrovnaná, hrajte naplno.

BC2 Josef Žabka a BC1 Kateřina Cuřínová:

Aktuální herní forma - "střední - cca 60-70%". Katka je po operaci a Pepa se musí trochu restartovat do herního prostředí po pauze. Oba podobně, soustředte se především na koncentraci při hře a úspěšnost dohozů a rozrážení. Prosím soupeře o vytvoření přiměřeného tlaku.

Cíl:

Nepřemýšlejte nad tím s kým hrajete, plně se zaměřte na sebe, na svůj vlastní výkon, míček po míčku a tempo hry. Popřemýšlejte o tom, kam se vám s těmi míči, co máte, hraje nejlépe a kde máte největší šanci porazit těžší soupeře.

BC4 Jan Bajtek:

Aktuální herní forma by měla narůstat postupně. Zkus se hodně soustředit na proces hodů, ať už se Ti míč povede nebo nepovede, zkus úplně vypustit emoce okolo toho, jestli se Ti nepovede míč, nenes to sebou dál. Je obrovsky těžké zůstat v klidu pokud se třeba nepovede celá směna, ale je to jediný způsob jak si v další směně otevřít možnost zvrátit celkový výsledek. Nezapomeň na to, že čím jednodušší hod zvládneš Ty, tím těžší hod připravíš pro soupeře. To v BC4 platí dokonale. Nepraktikuj moc hody, kterými nemáš pod kontrolou jacka. Takové ty hody "vedle" jen aby si byl blíž v téhle kategorii zkrátka nefungují, zvlášť v první polovině směny. Pokud Ti soupeřův míč stojí cestě, odstraň ho a dohod' tak aby si to byl Ty, který má jacka pod kontrolou. To je opravdu strašně moc důležité v Tvé třídě.

Cíl:

U BC4 se musíš vždy soustředit na 1 jedinou věc a to je pozice Tvého barevného míče v souvislosti s polohou jacka. Mít jacka pod kontrolou svým míčem, to je to, oč tu běží. Cíl je koncentrace a uplatnit věci z domácího tréninku.

Všichni hráči prosím přijďte s asistentem, reprezentanti provádějte warm-up (rutinní sestavu rozcvičení).

Dobře se před soustředěním vyspěte a dodržujte pitný režim.

Info pro rozhodčí:

Jirka Kubíček, Maruška Kubíčková, Andrea Václavková

V první řadě mi dovoluje Vám poděkovat, že přijdete rozhodovat na soustředění pro reprezentační tým do Brna.

Budou zde 3 kurty a 6 sportovců. Provádějte dle vlastního uvážení **rozlosování mincí a rozhodujte podle platných pravidel.**

Časomíra asi nebude vůbec, ale to nevadí, pokud chcete, můžete čas měřit na mobilu a hráčům hlásit, já to tak dělám, když rozhoduji na soustředění tu a nemám s tím problem. Na mobilu mám staženou aplikaci multitimer (dávala jsem odkaz na facebook) a pěkně mi to funguje. Nebo můžete měřit čas jen Adamovi a Marcelce po dohodě, přece jen se s tím možná perou trochu víc.

Asistentům BC3 ani BC1 nepomáhejte se sbíráním míčků. Když budete mít BC4 a 2, tak míčky sbírejte. Hráče či asistenty penalizujte v případě přestupku (pokud vstoupí do kurtu dříve než zvednete jacka ze země).

Ještě jednou moc děkuji všem za Vaši ochotu přijet a užijte si to.

S pozdravem

Michaela Řiháčková

koordinátorka tréninkové přípravy reprezentace

