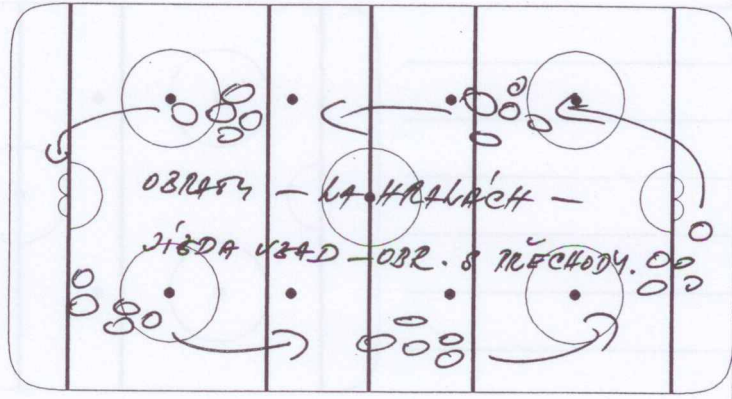


ČKA PETROHRAD - II. ČÁST

Číslo TJ:	1	Čas:	17.00 - 18.00 / 60' /	Obsah TJ: POWERSLATING	
Datum/Den:	24.7.2011 - Ka	Fáze:	1.	Real. Brnl. + 4x2 Brnl.	
Č.cv.	Popis	Obsah TJ - grafické znázornění			Čas

1) JND. ROZCVIČENÍ +
ROZBRUSLENÍ.

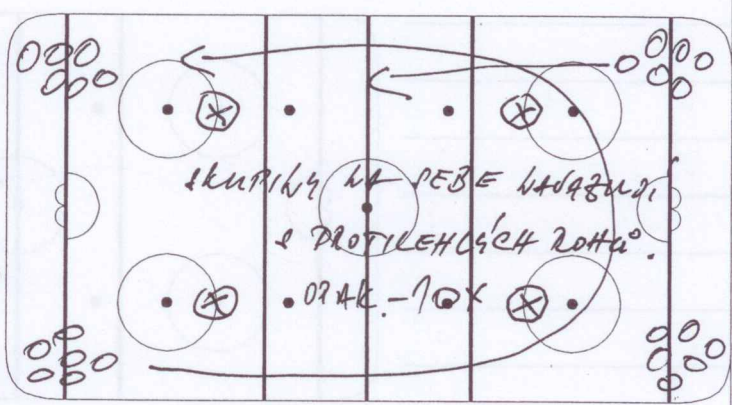


10'

2) TECHNIKA BRUSLENÍ
V PĚTLÁČ BEZ KOPÁNÍ.
viz 1)

10'

3) KONDIC. BRUSLENÍ
4 SKUPINY viz 2)
- FORMOU SIL. BRNL.
VÝDÁNÍ DELE VÍŠDOV
V PŘED - OBRÁTOU V
OBLONČIČ JÍŠDOV VŠAD.

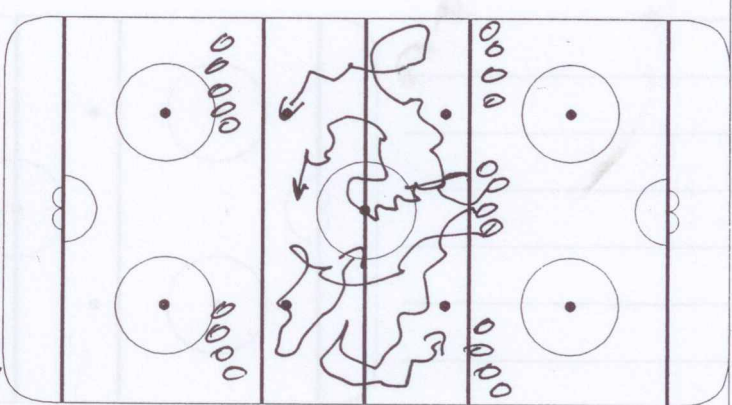


15'

4) STŘELBY ZPŘED
V KRUIH.

5'

5) OBRATNOSTI BRUSLENÍ
PRÁČE S KOPÁNÍ.
viz 3)



10'

- PO PĚTLÁČ VE TŘETIČ
ZAVÍŠČI 20" - 6x OPAK.
- PO ŠKONČENÍ VŠBRUSLENÍ
DELE 1 KALO 84 BRNL.

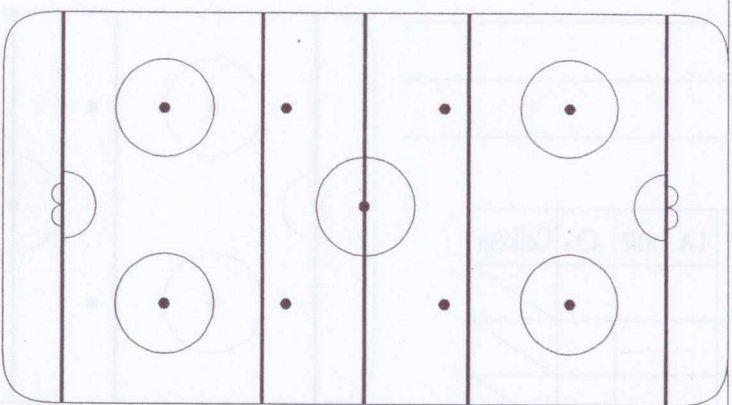
6) STŘELBY
- ODČAD TŘELÉRI -

5'

7) JND. BRUSLENÍ, LIŠOUČE
PŘELBA DO PŘÁŠD-BRNL.

5'

Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.cv.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

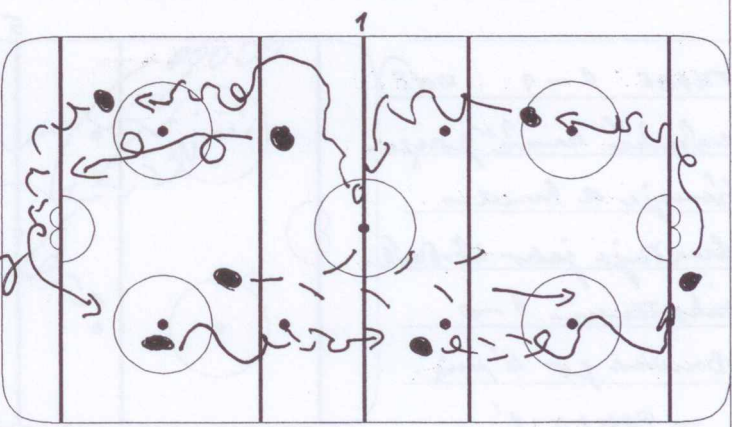


Poznámky: 4 BRNLÁČI - POHČB. PŘÍMARA
VED. TŘELÉREH BRNLÁČŮ DELE MOŽNOSTI
VE VOLČIČA PŘIŠTŘEČA BEŠ STŘELBY.

60'

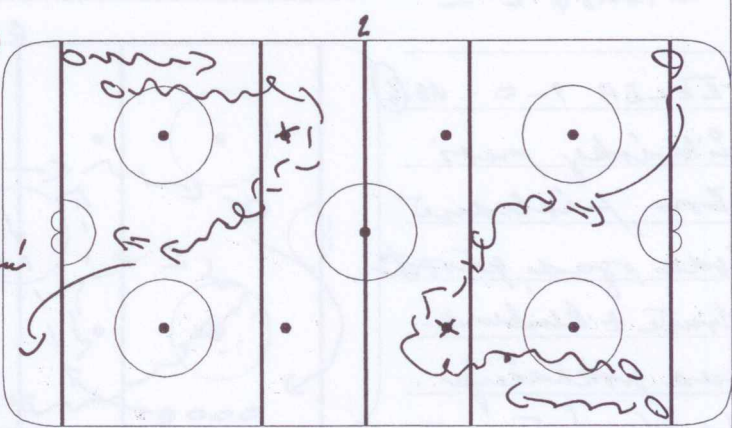
Číslo TJ:	2	Čas:	9.00 - 10.00 / 60'	Obsah TJ: ZEOHĚLA
Datum/Den:	25.7.2011 - P	Fáze:	1.	KONDICIONÁLNÍ CHARAKTERE
Č.cv.	Popis	Obsah TJ - grafické znázornění		Čas

① ZAPRACOVÁNÍ ^{VIZ. ①}
 - 3pusení kolem kružek
 2 kola vodor. a vpravo
 - bující a partění hrady
 a okaty bez kotvení.



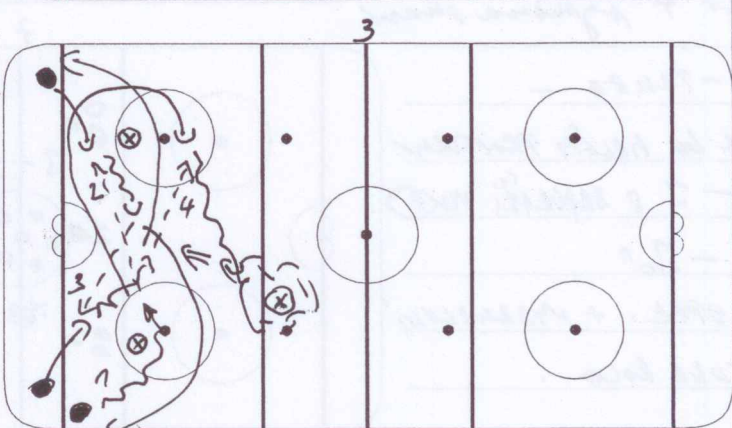
Γ1

② JUD. ZBRUŠENÍ S PAKETI
 + PŘEJÍŽKA ^{VIZ. ②}
 - dvojice v těsném
 sledu za sebou
 - 3x vlevo, 3x vpravo
 - divoký na tech. bráskování
 - PAUZA -



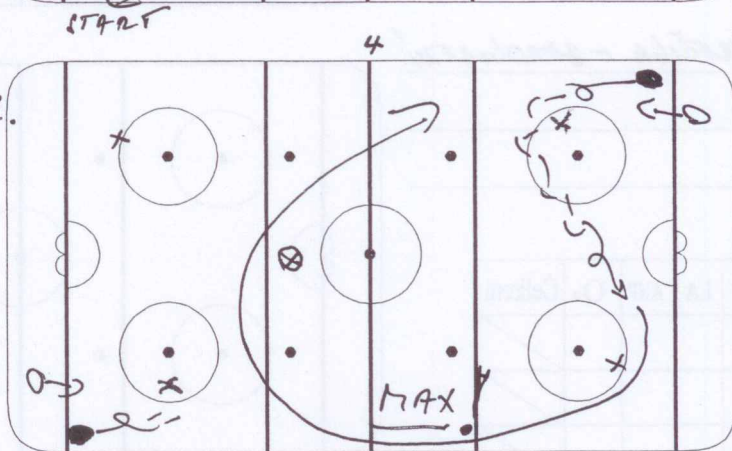
Γ1+2'

③ SPOLEUPRÁCE - TAIKIHE
 - poslání pohybu ^{VIZ. ③}
 - trojice hráčů, přikr.
 mezi sebou
 - hráč který začíná
 jde do zakončení
 - oburduva pro 5'
 - PAUZA -



Γ1+2'

④ KONDIC. ZBRUŠENÍ
 bez kotvení ^{VIZ. ④}
 - ve dvojicích 6x opak.
 - PAUZA -



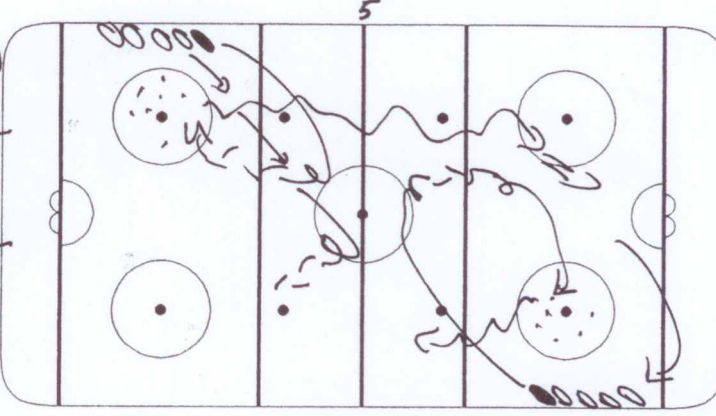
5'+2'

Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.cv.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

Poznámky: HUBOVU SE ROZDĚLEL NA DVE
 AKUPILY PO 14 HRABICH. PRVNI AKUPILA FE
 VE LEDE DAVNA' V POHLUVI.

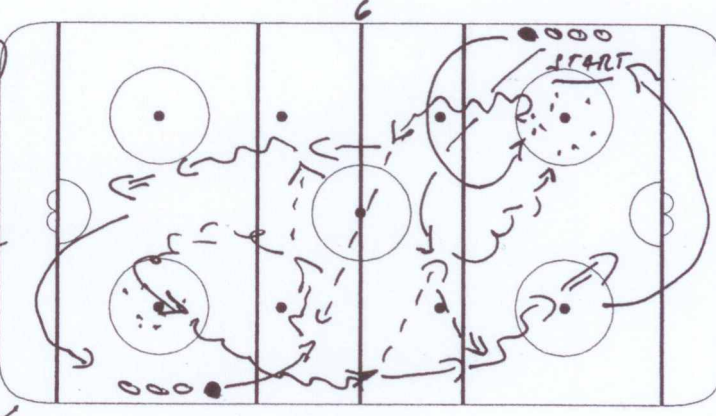
Č.cv.	Popis	Obsah TJ - grafické znázornění	Čas
-------	-------	--------------------------------	-----

5 SITUACE 1-1 vidět
 - Brankář hraje pouze
 střihuje a hraje
 pokračuje jako útočník
 - zahrnutí 1-0
 - obnova po 4' min.
 - PÁUSA 2' -



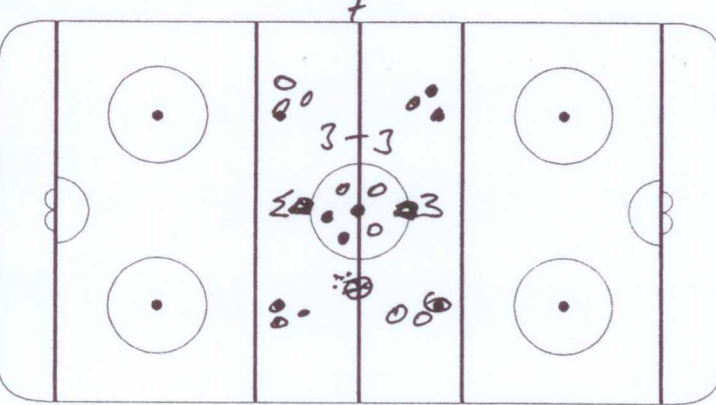
5+2'

6 STŘELBA 1-0 vidět
 - střelba mezi
 středem, předním
 hráčem před, přechodem
 kotvové a klenky a
 ideu pokračuje.
 - po 4' obnova stran
 - PÁUSA -



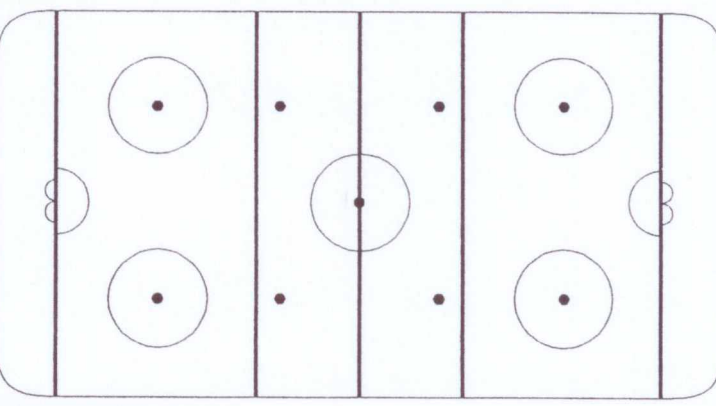
8'+2'

7 HRA NA TALENTI PROSTORU
 3-3 s BRANKÁŘI vidět
 2-30"
 6x OPAL. + VYZNAMENÍ
 ŽEDKO KOLA.



10'

8 STŘELBA - ZADLOŽENÍ



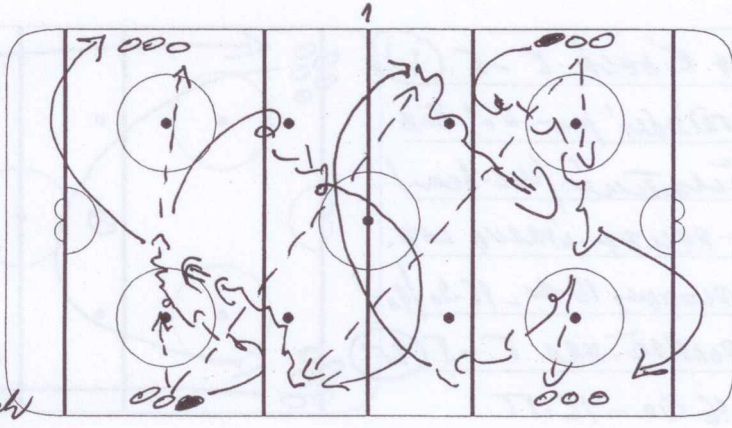
2'

Čas	%	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra						
H.cv.						
Nácvik						
KL						
Síla						
KML						
Celkem						

Poznámky:

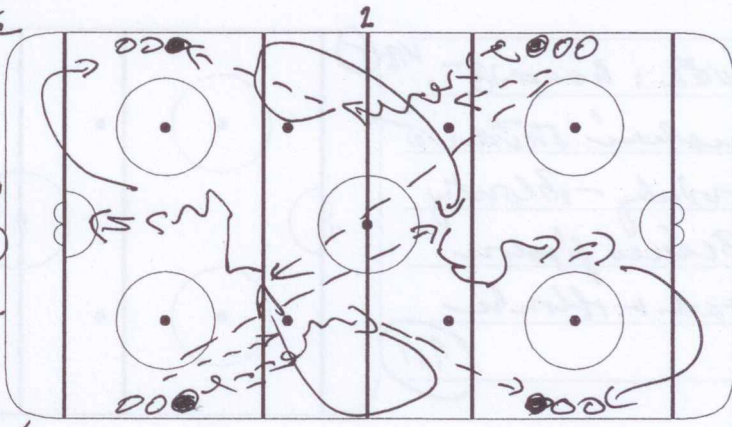
60'

① ZOBRAZENÍ S MĚKÝ V SÍŤOVĚ KOLEN HČIŠŤE - PORADČNĚ PROVOZICE Δ TROJICE ÚTRO. PŘIHRÁVKY.



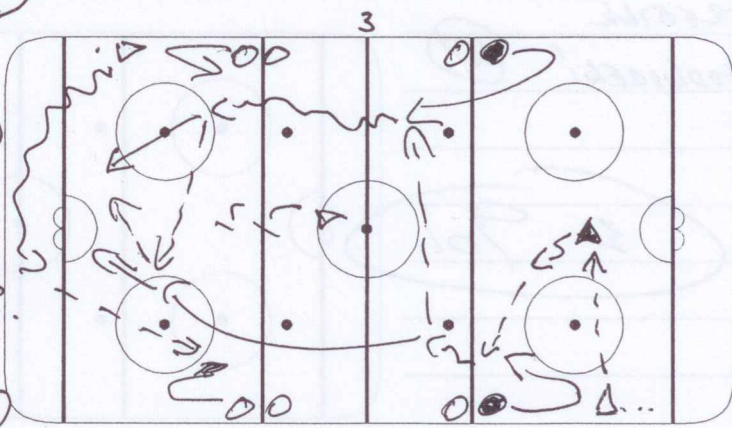
4'

② SITUACE 1-1 VÍZ(1) - současně s protilehlými koly, zejména kotvení a zakládání stálou - BEZ PÁHBY -



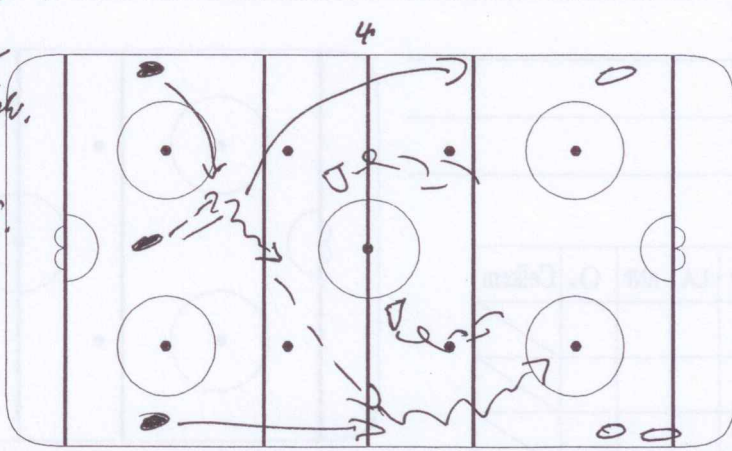
6'

③ POKROČILÁ SITUACE 1-0 VÍZ(2) - obdoba organizace s jiným průběhem úhledoch a zkusenám - PÁHBA -



6'

④ HCV 2-1 VÍZ(3) - oběma koly zradní zakládání další dvojici úhledoch. - BEZ PÁHBY -



8'

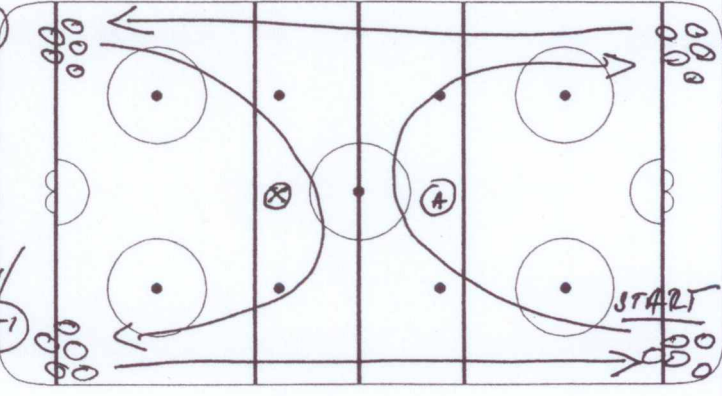
⑤ SITUACE 3-2 VÍZ(4) - plynný spirobem - s dynamem na přech. ve 89 = přesnost. - útro. zakládání páni.

8'

Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.cv.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

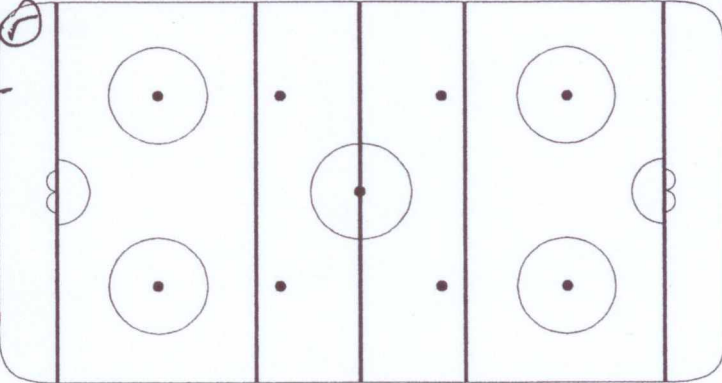
Poznámky: NA LEDĚ BYLO 5 PĚTEL A 4 BRÁV. DVOJENÍ PROZÍRALY PUKLE.

6 HRA ŘÍZENÁ 5-5 (20')
 - STŘÍDÁNÍ KA 60" BEZ
 PŘÍMATEMÍ / VOL. HRA /
 - PAUZA ÚPRAVA LED.
 PLOCHY 16-20 - 16-20 / 10' /
 - POKRTO. HRA 5-5 (20')
 16-20 - 16-20



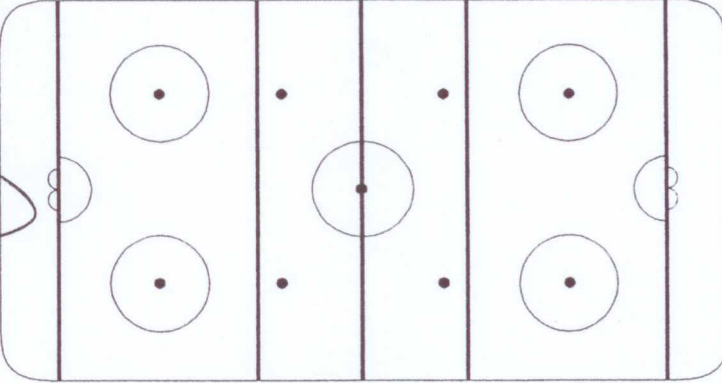
45'

7 ZÁVĚR : KONČE V 18' (10')
 Zmenšení střídavě
 prvotky - obloky
 - bíléci jízdu
 vzhled + flouky

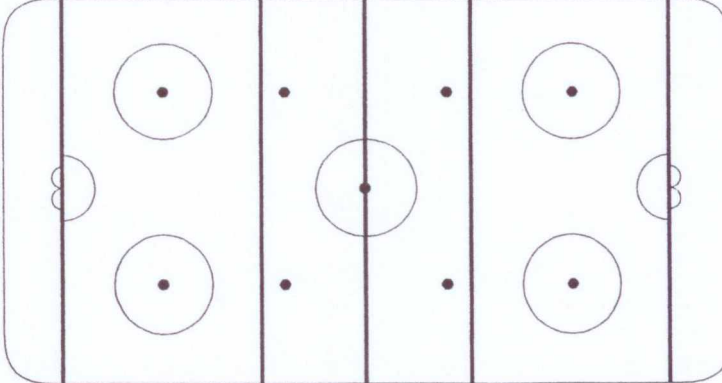


10'

8 STŘEDNÍ
 ZHODNOCENÍ (3')
 90'



3'



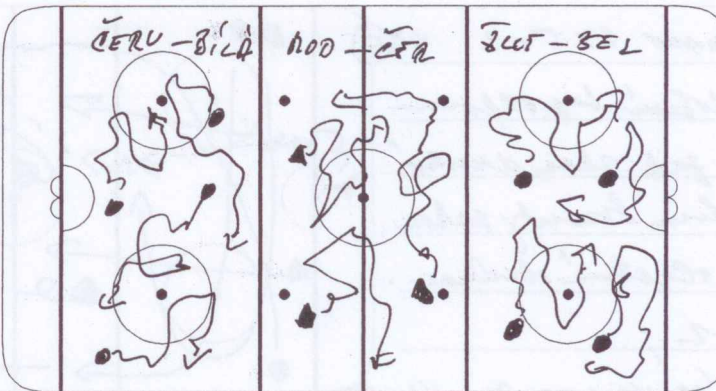
Poznámky:

90'

Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.cv.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

Číslo TJ:	5	Čas:	15.30-17.00 / 90'	Obsah TJ:	HCV 1-1, 3-1
Datum/Den:	26.7.2011 - 9F	Fáze:	11.		5-2, 44 5-5; 68 j
Č.cv.	Popis	Obsah TJ - grafické znázornění			Čas

① INDIVID. POHÝB S KOTOU-
ŮEM V OŘEDĚ KOLEI HŘÍŠ.

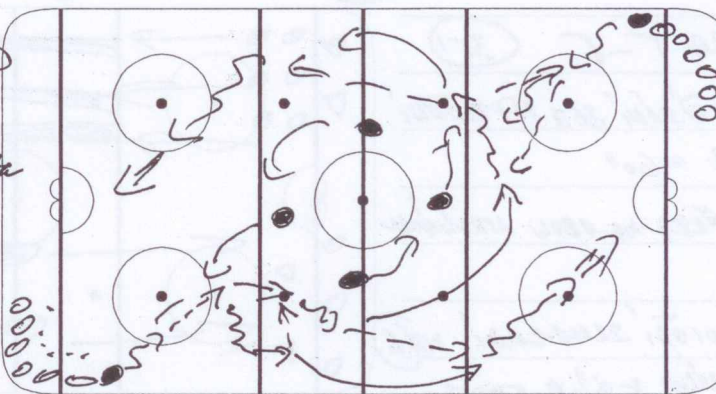


4'

② OBRAT. 3MĚSÍČÍ 1 PŘEČ
V PÁJTKU P₀ 10 HRAŠŮCH
OPRŮDÁVĚ 2 - 10"
3X OPAKOVAT VIZ ①

6'

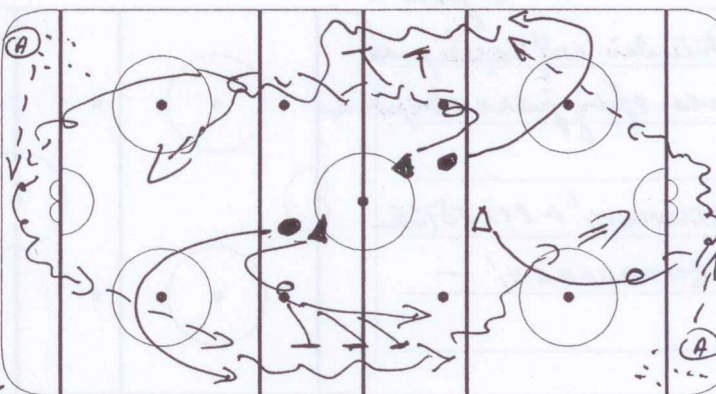
③ HRNACE 1-0 UČEL
- KARNAVAL =>
- výměny kotouče, šlák
P₀ 3' trévk měřičky
- PAUZA -



6'

④ HRNACE 1-1 VIZ ③

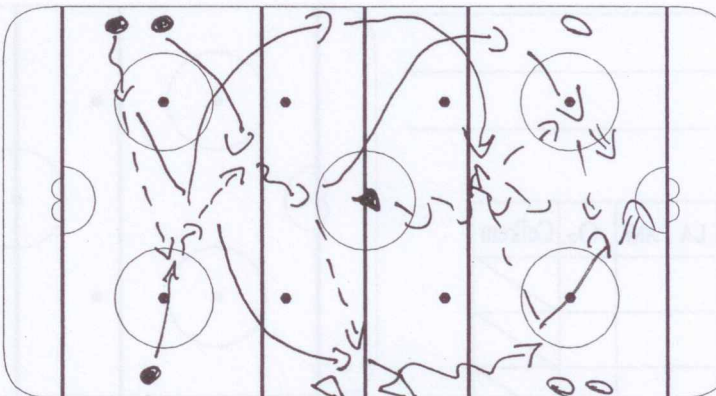
- PŘEKLOP NA KOPOUŠI
- ČEK NA HRAŠŮCH S KOPOUŠI
- POUAD POHÝB
- PAUZA -



6'

⑤ HCV 3-1 VIZ ④
- 4A zabírájí
útrčívci z OP stráni
žrání ze SP.

- po zakončení opak.
kolou branky 2 akci.
- PAUZA -



6'

2'

Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.cv.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

Poznámky: TRENINK ABOLVOVALO 30 HRÁČŮ
/ 6 PĚTEK /

30'

Číslo TJ:		Čas:		Obsah TJ: KOV 1-1.3-1
Datum/Den:		Fáze:		5-2; HRA 5-5; L3;
Č.cv.	Popis	Obsah TJ - grafické znázornění		Čas

6) SITUACE 2x5-2 VÍŠ (5)

- zahrnutí bez odporu
- po zab. akci dle hráčů kolem hrany zástr.
- na vlastní straně.
- 3-2;
- = ÚPRAVA LED. PLOCHY (1L)

7) HRA 5-5 (3T)

- STŘÍDÁNÍ ŽEŽ PŘEBĚHŮ
- z = 60'
- 3 PŘECHY NA OBOU STRANÁCH

8) KONDICIONÁLNÍ ZRUŠENÍ VÍŠ (6)

- obrátka s jízdy vzad zrychleb.
- střídání cel. základu max.
- jede vždy jedne skupina

9) VYBALICOVÁNÍ + PŘEDTĚL

- ZHODNOCENÍ -

Čas / %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.cv.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

Poznámky:

90'

Číslo TJ:	6 / OBRÁTKY /	Čas:	9.00 - 10.00 / 60 /	Obsah TJ:	HC 3
Datum/Den:	27.7.2011 - St	Fáze:	1.		OBRÁTKY
Č.cv.	Popis	Obsah TJ - grafické znázornění			Čas

1. 203 BRUPELI, PŘECHY 2'

2. BRUPELI, PŘECHY, VÍZ (1) 4'

PŘEHRAVĚ V PROJEKCI
- JAKO PŘEHRAVĚ
Z - 150
- VÍZÉ BRUPELI

3. BRUPELI, PŘECHY 12'

- přechodka mezi sebou
VARIANTA (A) VARIANTA (B)
- dvěma příkl. spř. na (A)

4. NA KAŽDÉ STRANĚ 4 Δ 12'

- velký příběh
INTEKTO VÍZ (3) (A)
- DÍKAT NA PŘECHODY
OBRÁTKY X STRĚLA
ZT KODROV VÍZ (3) (B)

5. BRUPELI VÍZ (4) (A) 12'

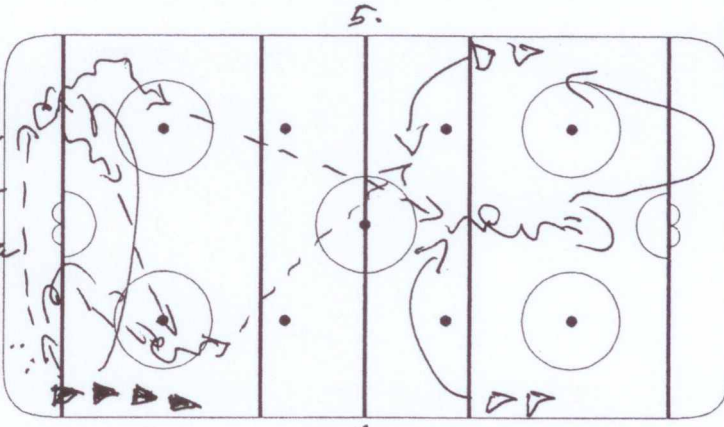
- příkladová křivka
do prostirání, příkl.
Zleva - Zprava.
- JED. PŘECH. S KODROVĚM
+ STRĚLBA VÍZ (4) (B)

Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.cv.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

Poznámky: PŘECH. VÍZÉ LK NA OBRÁTKĚ.

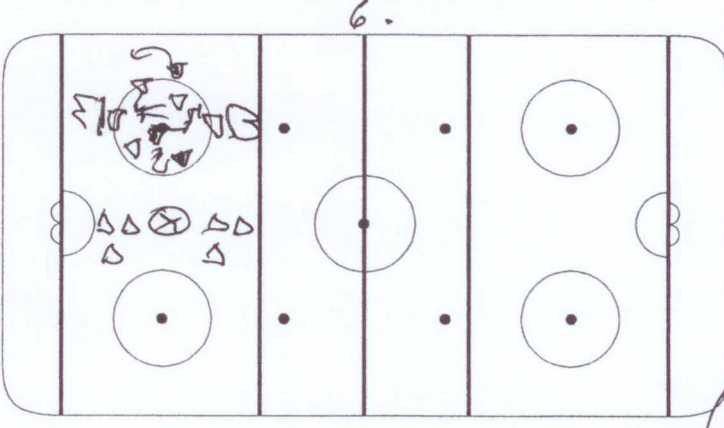
Č.cv. Popis Obsah TJ - grafické znázornění Čas

6) DÍŘKA: - 777,46
 - projít na příhradku
 přerazit, ohát a stlačit
 - stříkací hlava, 8 mm
 VÍŠE
 - stříkací hlavy po 3'



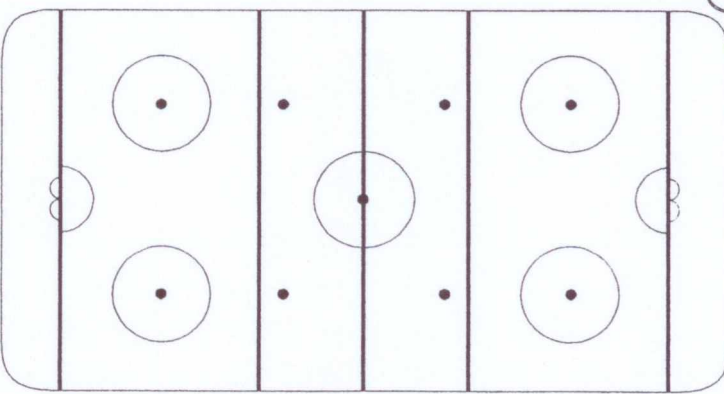
10'

7) 3-3 NA TALEŤ
 PROSTŘE VÍŠE
 stříkací - 20"



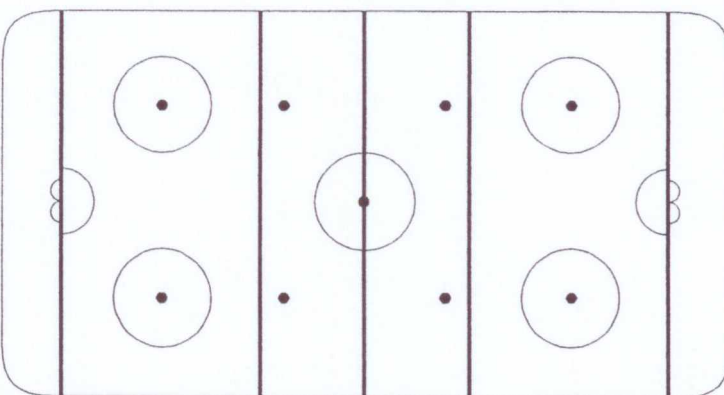
6'

8) OHL - VYBRUŠENÍ,
 PRŮBĚŽK, ZHODROUŠENÍ.



2'

60

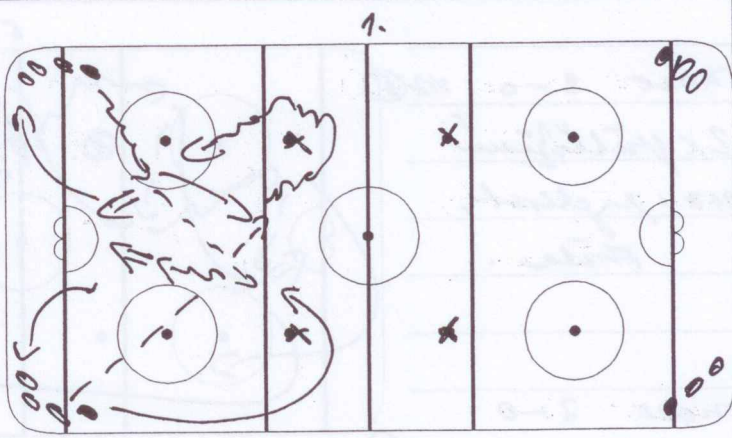


Poznámky:

Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.cv.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

Číslo TJ:	6 / úvod /	Čas:	10-20 - 11-20 / 60' /	Obsah TJ:	HČS
Datum/Den:	27-7-2011 - SK	Fáze:	1.		úvodní
Č.cv.	Popis	Obsah TJ - grafické znázornění			Čas

① ÚVOD: STŘELBY DLE Δ
OBRAZ - BAHLEČÍ P PUKEM

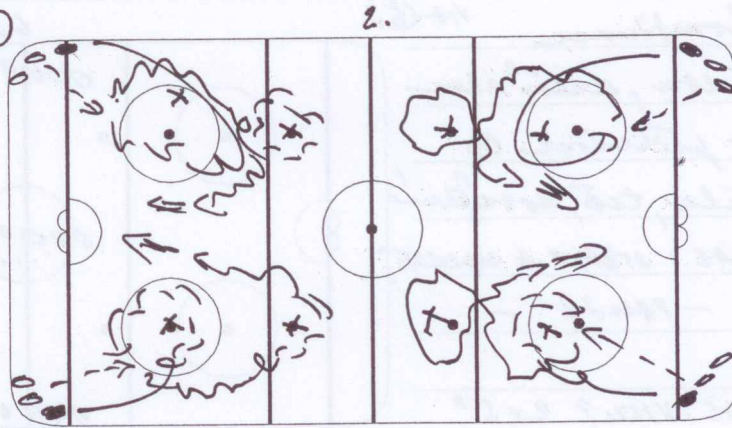


4'

② STŘELBA 1-0 VIZ ①
- na stranu postupně
křížem.

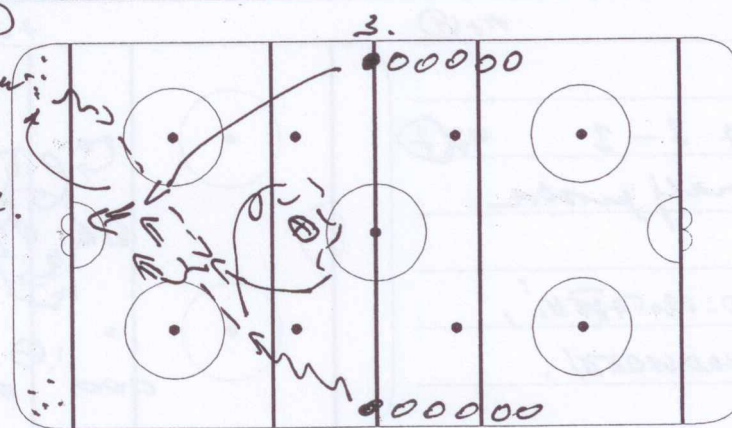
6'

③ STŘELBA 1-0 VIZ ②
- různé varianty
projevu oboustranně
- jízda zpřed,
netr s přechody



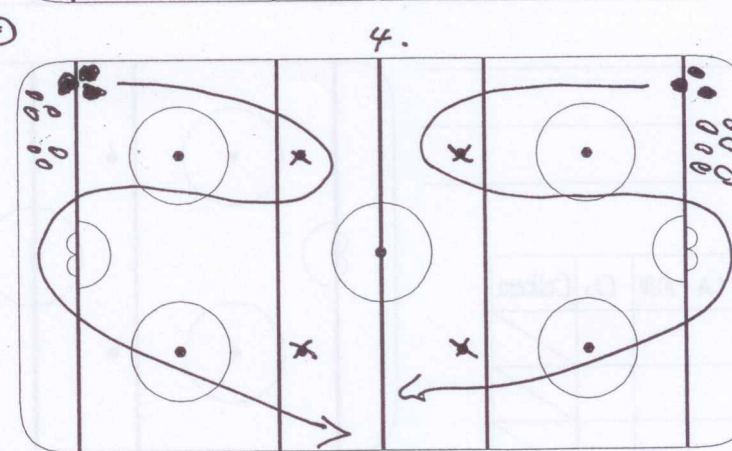
8'

④ SITUACE 2-0 VIZ ③
- střelava z obou stran
- proměna feet
druha samet. nejed.
- vysoké tempo
- PAUZA -



8'

⑤ 24HODINOVÍ VSTUP
2 x 5" VIZ ④



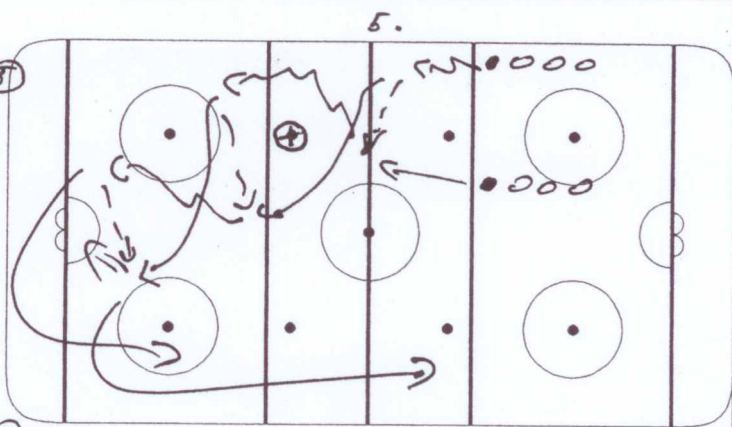
2'

Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.cv.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

Poznámky: SPECIÁL ÚVODNÍ

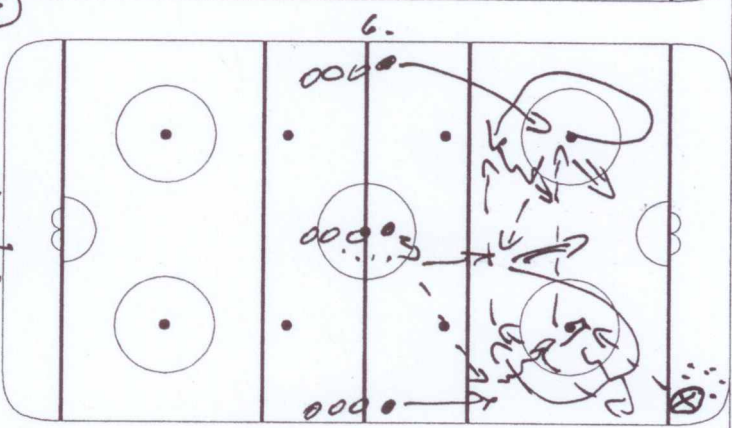
Č.cv.	Popis	Obsah TJ - grafické znázornění	Čas
-------	-------	--------------------------------	-----

6) HŘAČE 2-0 v/2 (5)
 - 2x průběžní
 DURAZ: rychlost,
 síla.



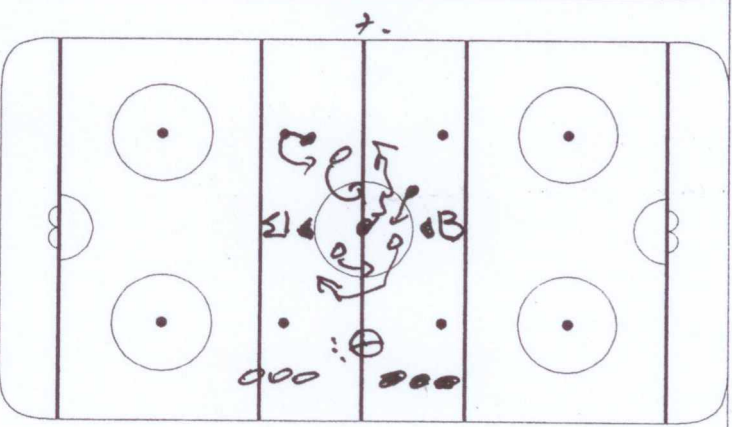
8'

7) HŘAČE 3-0
 - hrubinace v/2 (6)
 síla, další akce
 za průběžce ⊕
 síla, tč, dotáčení
 DURAZ: RYCHLOST A VOLNOST
 - PŘEJÍŽKA -



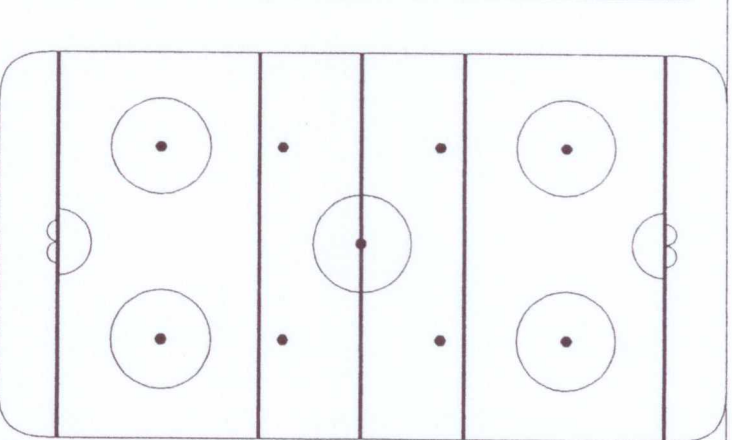
8'

8) ZYČKĚ - VHRU? 2x5"
 v/2 (9)



2'

9) HRA 3-3 v/2 (7)
 - malý prostor



8'

2'

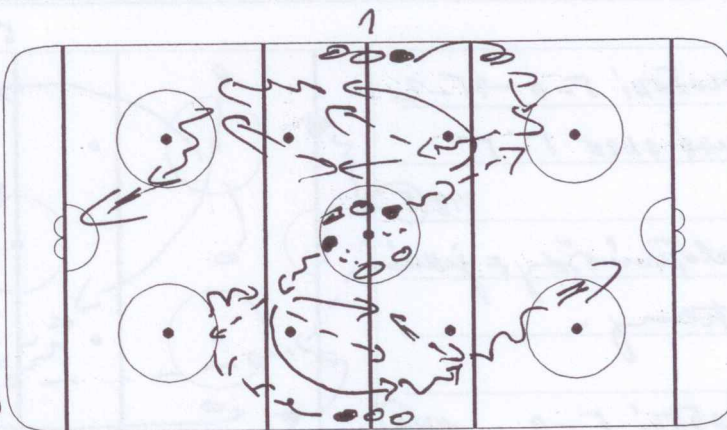
10) OLD. PROSTŘENÍ,
 ZHODNOCENÍ.

Čas	%	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra						
H.cv.						
Nácvik						
KL						
Síla						
KML						
Celkem						

Poznámky:

60'

① JLD. ROZVID. A ROZPR.
+ PROFABENI

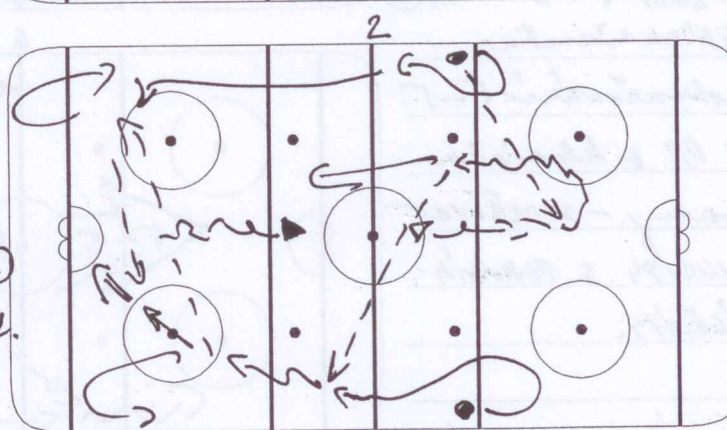


4'

② BABO 5-5 v oku
tříděných.

6'

③ AIDNARE 1-0 viz ①
- 2 až 3 výměny
kontrolou

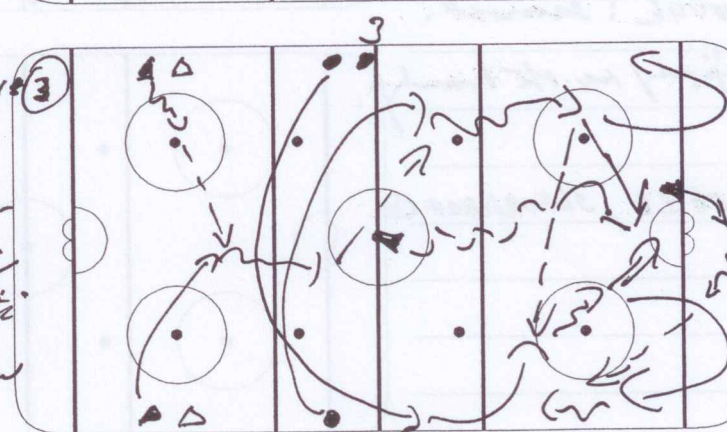


6'

④ HCV - DISTURBE 2-1
4 2-2 viz ②
- 2x výstřel po zá.
obklopení.
- PANKA

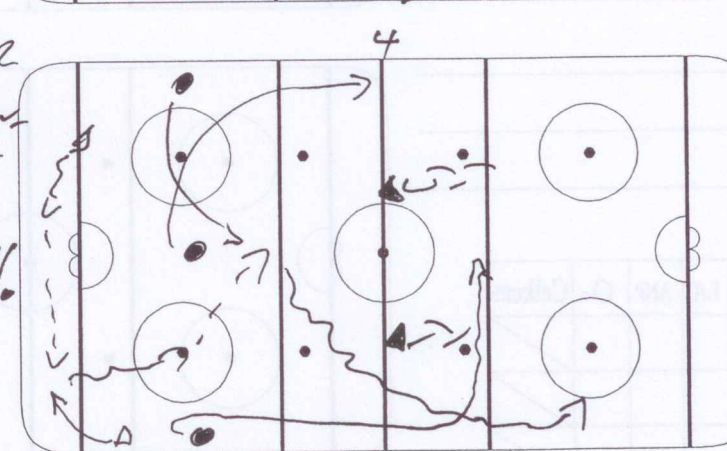
8'

⑤ HCV 2-2 => 3-2 viz ③
- rozehrávka s OP
- bránuví s rozeh.
pára zpět doojici
do akce 3-2 proti
2 protivníkům
- PANKA



8'

⑥ BLOKÉBI 2A 5-0 -> 5-2
- 1 varianta po záloze
Evi s párnou 3 hráč
do 5-3 v třídě.



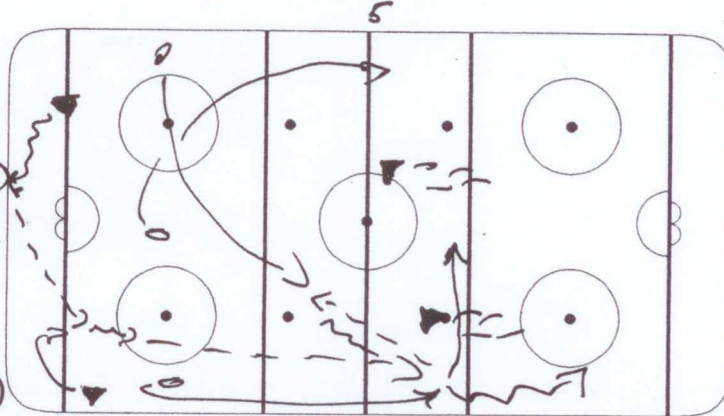
8'

Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem	2 varianta viz. %
Hra						
H.cv.						
Nácvik						
KL						
Síla						
KML						
Celkem						

Poznámky:

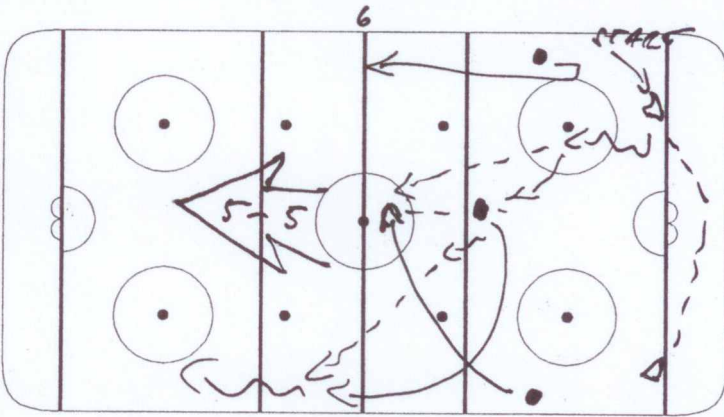
Č.cv. Popis Obsah TJ - grafické znázornění Čas

7) ZALOŽENÍ 5-0 → 7-2
 DRUHÁ FÁZE 5-5
 viz 5
 - založení oždy s jasně
 straný.



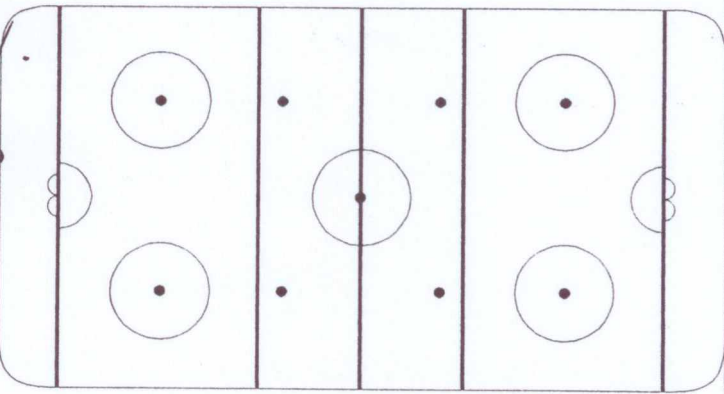
8'

8) ZALOŽENÍ 5-0 viz 6
 - třetí varianta
 - pokračování 5-5
 - v OP z klasické
 strany - DODRŽOVAT
 PRINCIPY S PŘÍVODNÍ
 BEŽKOU.



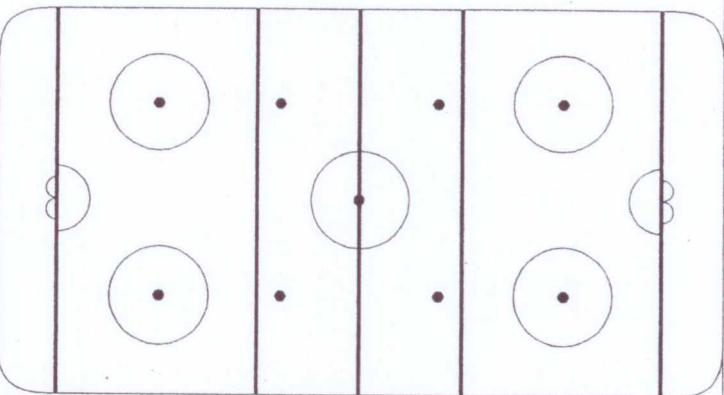
10'

9) DŘEVÁK: samostat.
 příjedy na obě strany.



6'

10) STŘELBA, SKFORNACE



2'

Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.cv.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

Poznámky: po tomto tréninku, odjezd k
 utkání v HR. KRÁLOVÉ.

66'

Číslo TJ:	8	Čas:	9.00 10.00 60'	Obsah TJ:	KEV 1-0;
Datum/Den:	29.7.2011 - Pá	Fáze:	1.		2-0; 1-1/2-1/3-2;
Č.cv.	Popis	Obsah TJ - grafické znázornění			Čas

Č.cv.	Popis	Obsah TJ - grafické znázornění	Čas
	- TŘI PĚTKY -		
1	<p>BAKROUČÍ</p> <p>- speciál</p> <p>- 3. volej o hrotu</p>		2'
2	<p>KROUČÍ 1-0 VIZ 1</p> <p>koncový na straně</p> <p>provolání</p> <p>- 3x příklopka</p> <p>- MAX. TĚŽKO -</p>		8'
3	<p>KROUČÍ 2-0 VIZ 2</p> <p>- 3 stran stranou</p> <p>obratu</p> <p>- 2x výšková obrátka</p>		8'
4	<p>KEV 1-1/2-1/3-2</p> <p>VIZ 3</p> <p>- 1. akce ze středu</p> <p>úspěšně 1-1</p> <p>- 2. akce z pohybu</p> <p>spolupráce 2. útoč.</p> <p>- 3. akce zapojení</p> <p>třího obrátce a</p> <p>obrotu na 2-2;</p> <p>2-20'</p>		92'
5	<p>BAVĚR - samostat.</p> <p>přijetí / útočnou /</p> <p>útočnou</p> <p>VIZ 4</p>		

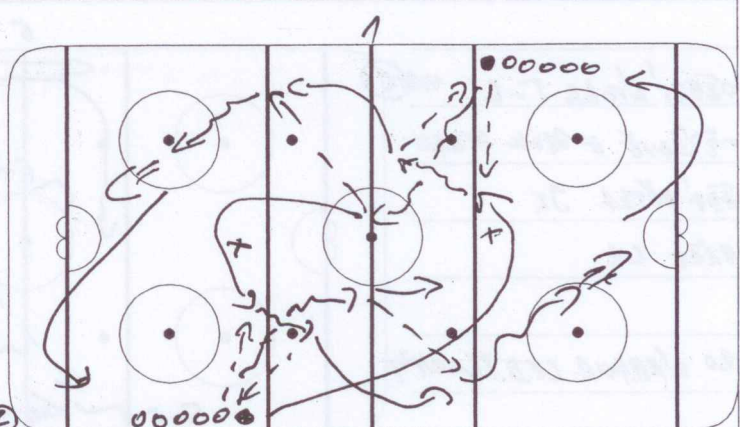
čas	1	2	3	4	5	celkem
Hra						
H.cv.						
Nácvik						
KL						
Síla						
KML						
Celkem						

Poznámky: cvičení viz. 1, 2 a 3;
celá opakování!

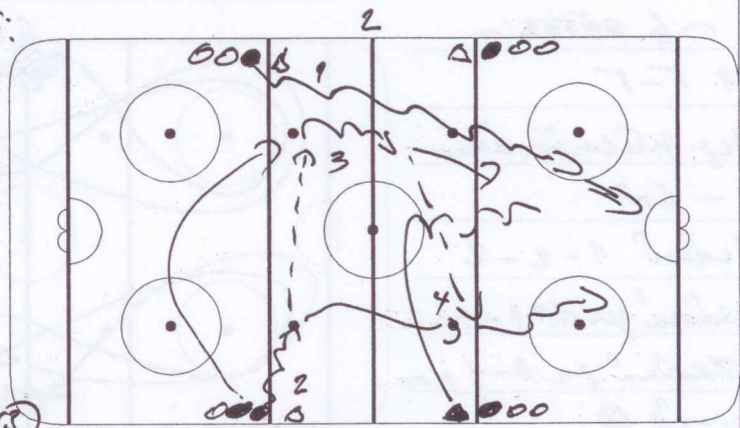
60'

Číslo TJ:	9	Čas:	15.30 - 17.00	90'	Obsah TJ:	HCV 1-0/2-1
Datum/Den:	29.7.2011 - Pd	Fáze:	11.			2-2, 5-2, HRA 5-5
Č.cv.	Popis	Obsah TJ - grafické znázornění				Čas

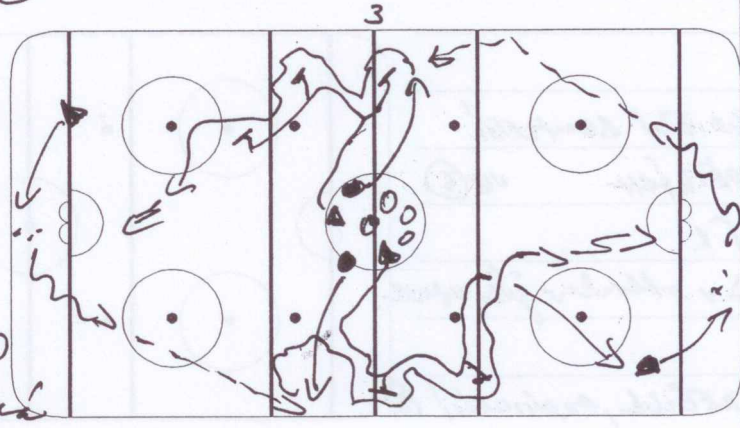
- 6 PĚTEK -
- 1) ROZEHŘÁNÍ BRANKÁŘŮ
+ JHO. ROZVIDĚNÍ
 - 2) HRUČE 1-0
- 3 přehrávky
 - 3) HCV 1-0 / 2-1 VIB 2
- provedl každý sam. naj.
- 2-1 soujítím od
převrtičku.
- v gólu sled za
klobou
 - 4) HRUČE 0 korekt
v hrupce 1-1 VIB 3
- bránil každý
rozehřívá další
ohr
- zah - 1-0 ;
 - 5) HCV 2-2 VIB 4
- dvojice obránců klobou
rozehřívá, klobou
další dvojici vtroušku
- štěstí na štěstí



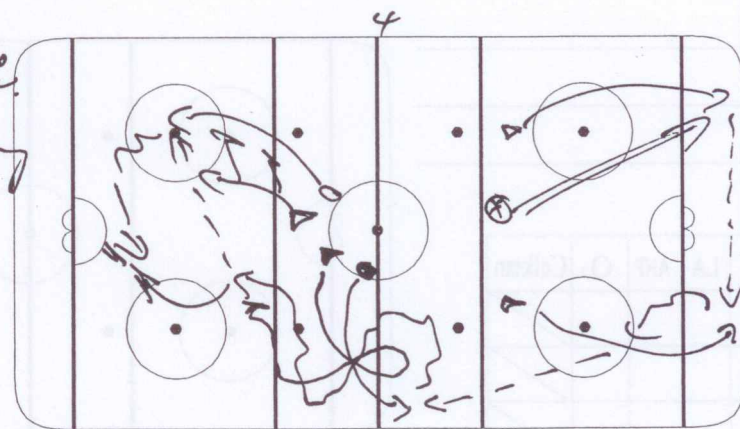
4'
6'
8'



8'



8'

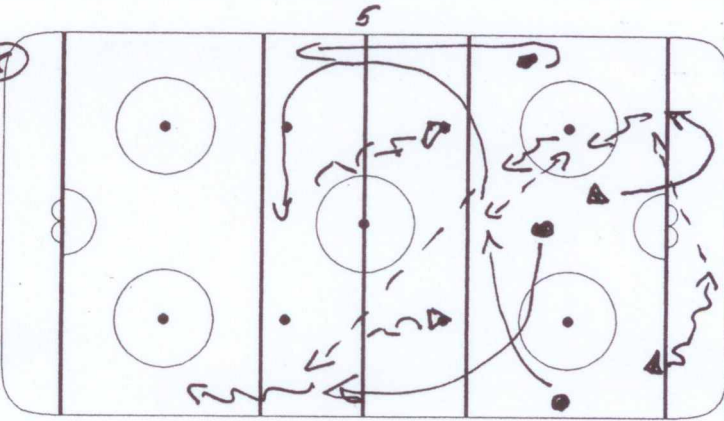


Poznámky:

Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.cv.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

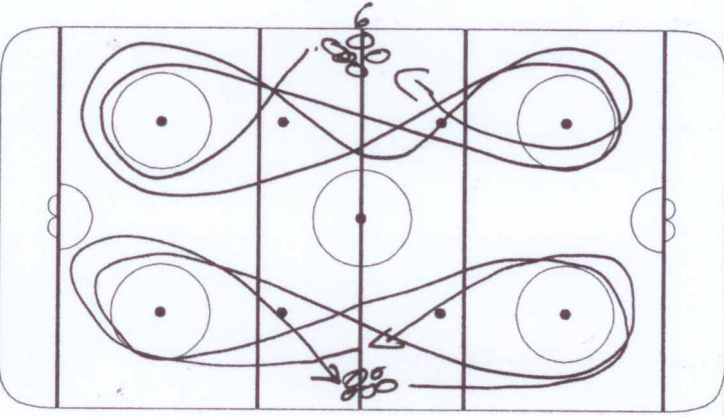
6) ZAŘÍZENÍ ÚROKŮ Γ-L ¹⁸⁰
 - PŘÍLOŽEK + ŽILNÁ PRÁHA
 LEDA PĚTKA 3x
 - PŘET LK

16.20 WAPRAVA LED. PLOCHY

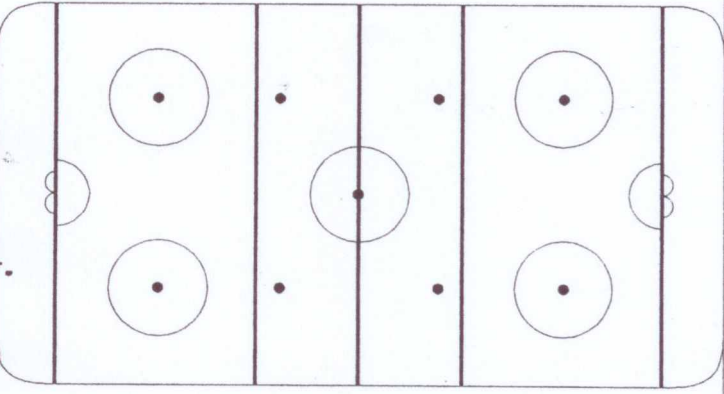


8'
10'
30'

7) - 6 PĚTKA -
 HRA Γ-Γ
 - 3x přelučování
 Z - 60"
 - Bedni 1-2-2
 - Zpřesnění postí 1-2-2
 - Přesnění za bránu
 Hgurek ⊗

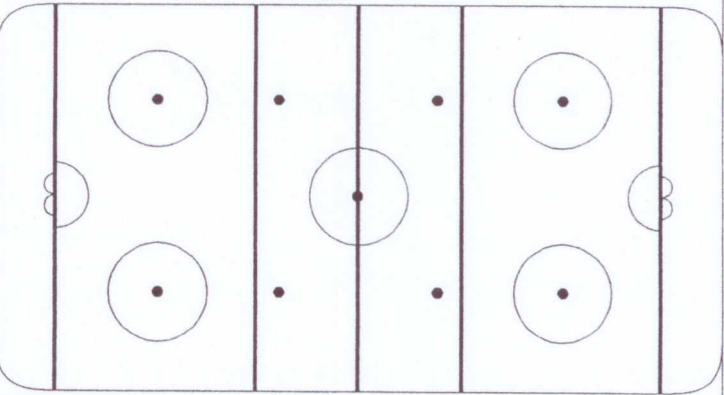


8) KOLÍDOVÉ SKUTČENÍ
 PO PĚTKA 5x ¹⁸⁰
 - Δ v oblouku jik. vsad.



6'
2'

9) PRŮČEK, TOČIVOST, ⊗



Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.cv.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

Poznámky:

90'

- 6 PŘEZEK -

1) Rozsáhlé útoky s korolami

2) Hlavně 2x 1-0 viz 1)

- na signál dvojice

za sebou variab. (A)

- Po 3' trvá útok

- variab. (B) viz 2)

- 2 obrátky s přechody

- 0 gólů před.

- 14:24 -

3) Hlavně 1-1 viz 3)

2x; druhá akce

z jihu; při první akci toulá pohybem.

- třetí akce stále 2

ok provedl po přeh. 4

- úst. tón je dohl.

- 14:24 -

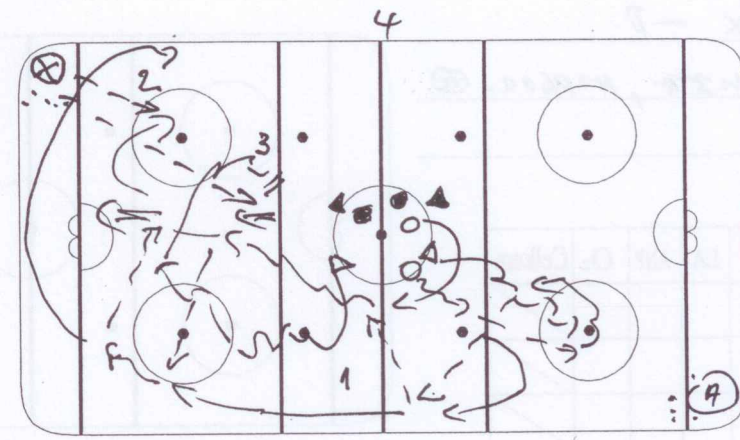
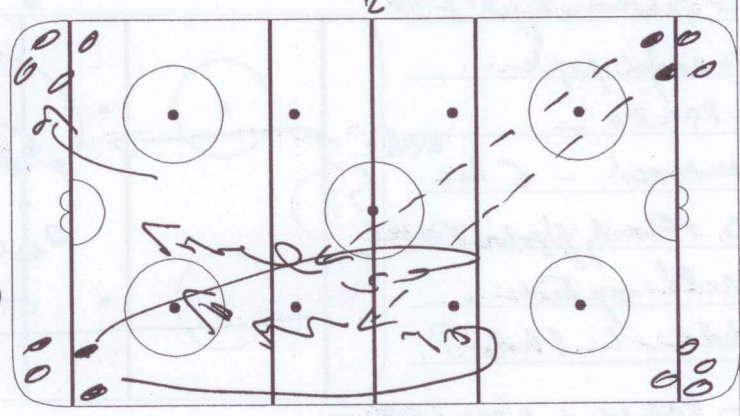
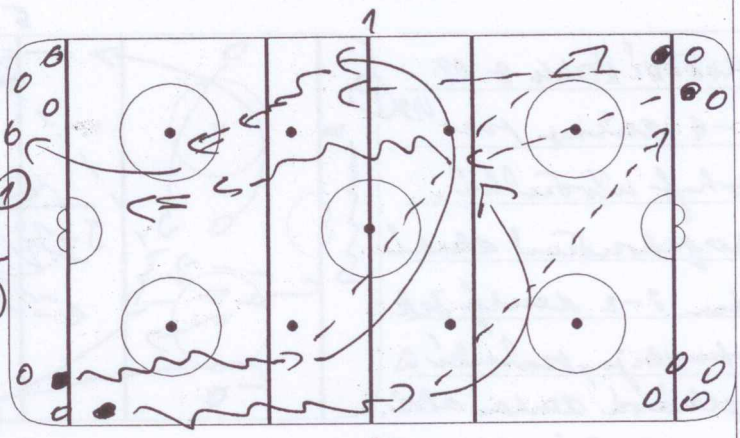
4) HCV 2-1/2-0/1-0

- postupně vstřel

na straně polovinu

trouháno na sig. 4

- 14:24 -



4'

6'

2'

8'

2'

8'

2'

Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.cv.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

Poznámky:

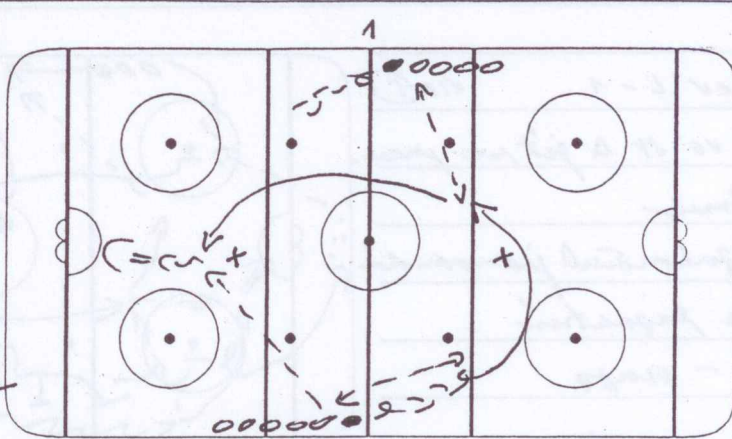
Č.cv.	Popis	Obsah TJ - grafické znázornění	Čas
-------	-------	--------------------------------	-----

<p>5) ZALOŽENÍ KROKŮ z OP 3-4 dírka pro 4x2 pohyb ústřední. - pozahoděním dle skup 1-2 dle výšek dotknějí, trablekí a pohyb v dle akcí. - pro zahradní vyjítí z OP do rojch pprka. - P4u34 -</p>	<p>6) SROVNÁNÍ - 6 kol - 2 ofenky jedou vrad 0 celé vyjítí. 3 kola - L 1 kola - P - P4u34 + upra. LEDU -</p>	<p>7) HRA T-T - P4u34 a 4T4</p>	<p>8) KONDIČ. ZAMĚLENÍ VÍZ - půl obrouky - 3x - L 2x - P - PAUZA, KODHOZ. ⊕</p>					<p>8' 2' 10' 35' 6' 2'</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--	--	------------------------------------------------

Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.cv.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

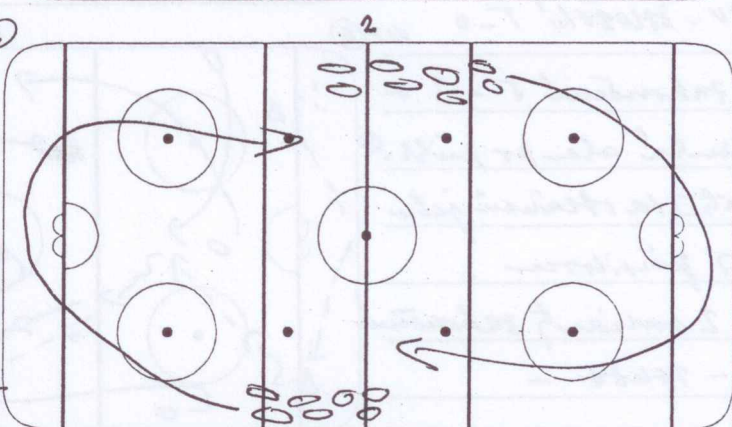
Poznámky:

- 4 pětky + 2 branky -
 ① ROZSAHLI VEDL (A)
 ROZEV. 4 ROZEVST. BRANK.
 VEDL (D) BRANKAČ.
 - PAUZA -



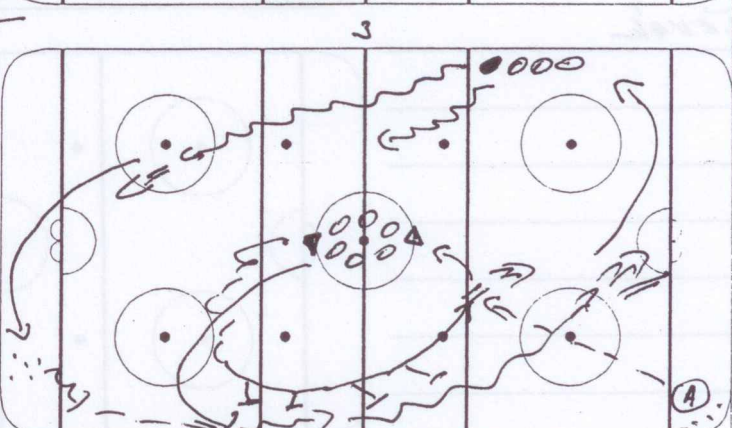
2'

② VEDL 1-0 V12 (D)
 - hracovo z obou stran



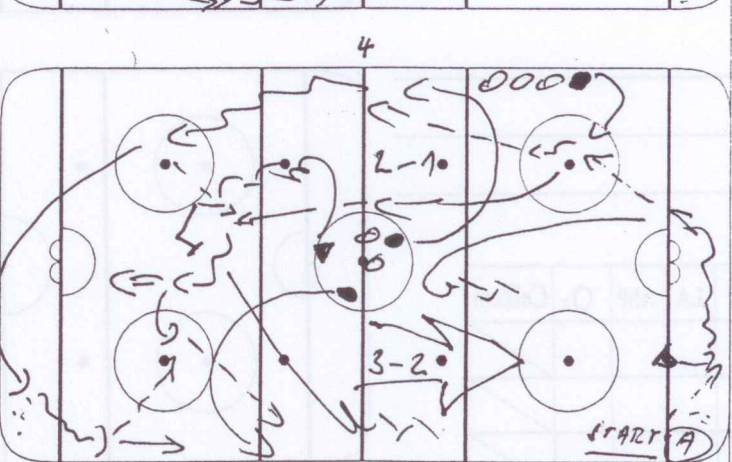
8'

③ BRANKAČI OBLOUKA V12 (D)
 - Δ jízda vjed
 - 0 - 1 - vjed
 2xL - 2xP
 - PAUZA -



4'

④ HCV 1-0 V12 (D)
 - samostatný maják
 + přibrábka do situace
 1-1 tlak na hráče v
 mantinelu 2x střelba.
 - PAUZA -



8'

⑤ HCV 2-1/3-2 V12 (D)
 - zhlédající Δ jde
 hravit do nit. 3-2
 - s celostupňovým přitokem
 jedné pětice hráčů.
 2-1-3-2-3;

2'

8'

Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.cv.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

Poznámky:

1 - 3 PĚTKY -
 1) Hev. PROSTŘEDÍ +
 dvojice střevní na
 malém prostoru.
 - PAUZA -

2 Hevace 1-0 viz 1)
 - Hráč. s obou stran
 - PAUZA -

3 Hev 1-1 viz 2)
 - přísní pravidla
 najít ústřední
 - Hráč. z obou stran
 - PAUZA -

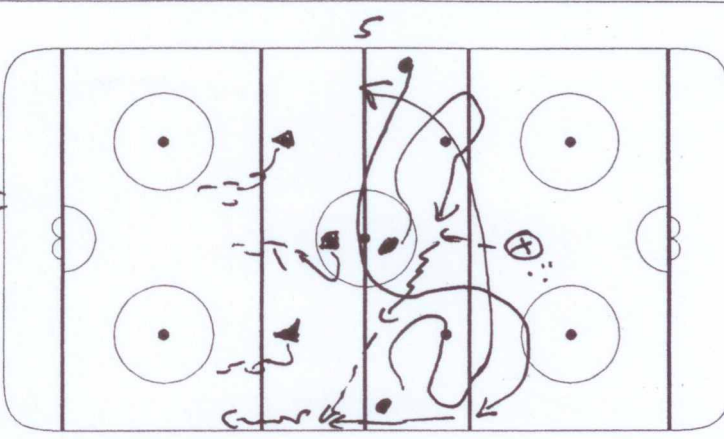
4 Hev 2-2 viz 1)
 - BRÁNEJ DVOJICE Δ
 - VĚDNÉ BRÁNEJ -
 - DRUHÁ AKCE KOLEM
 BRÁNKY PO PÁTRÁVOE ⊕
 - PAUZA -

5 Hev v PĚTKÁCH viz 4)
 1. AKCE - pr. přík. z polu
 střelba Δ od fronty
 4. AKCE - hromadná
 střelba 2-30''
 - PAUZA -

Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.c.v.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

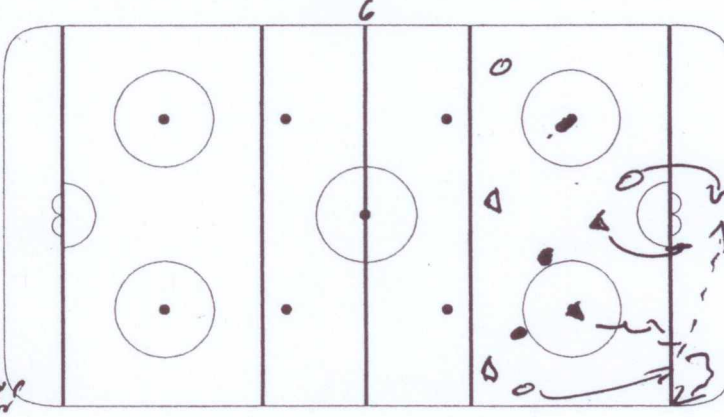
Poznámky:

① #cv 3-3 viz ①
 - je SP ② je pechá
 kromě ní nejsem
 jsem teplem pota
 přehledná do bit. 3-7,
 - pánem mu to i
 máhít spř a svou
 majet ale poslavení
 bránu trojice.
 - pán -



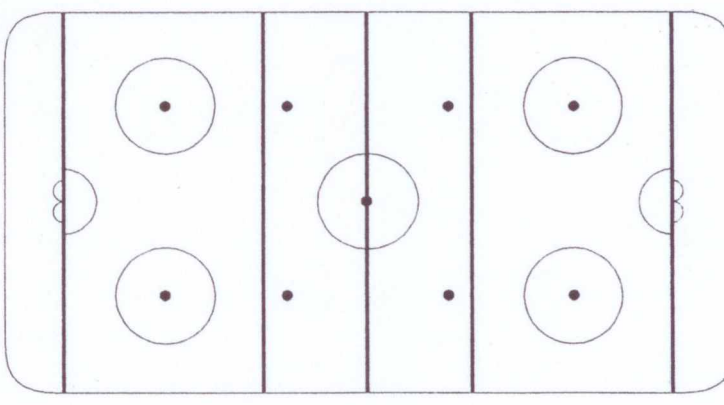
6'

② 5-5 s pánem 3-3
 běh v OP viz ①
 - interval 8-30"
 - výběr hráčů pod
 volu bránu, pánem dle
 pětka.
 - pánem 3-3
 tři hráči!

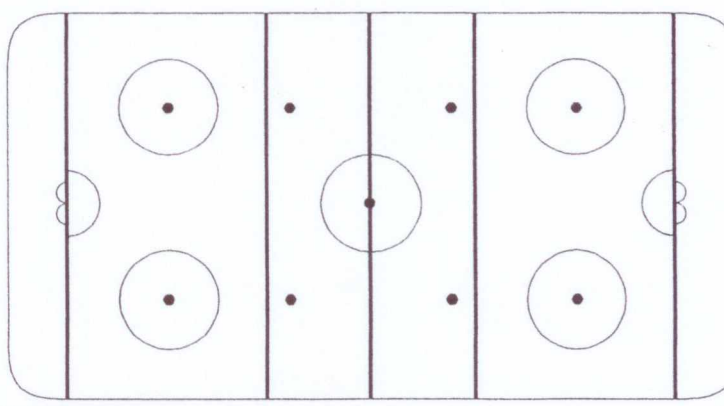


2'
6'

③ pánem



2'

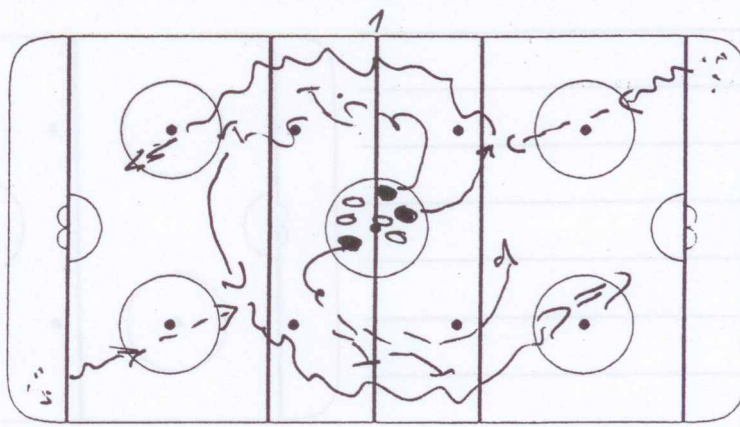


Poznámky:

Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.cv.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

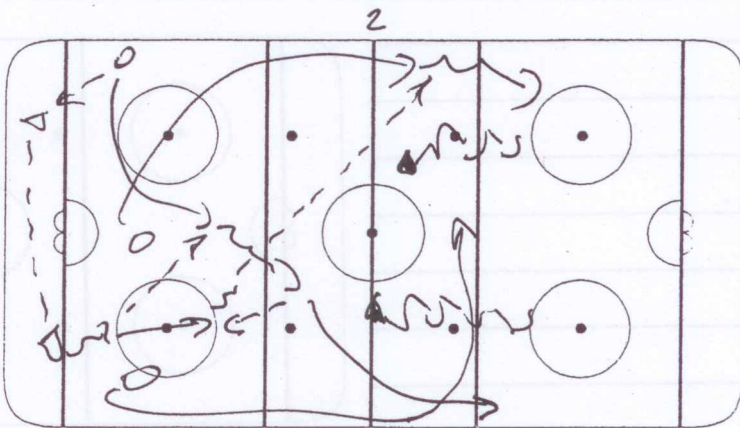
60'

① ZAPRACOVÁNÍ
- OLADIVD. S KOTLOVĚTI
- PÁKZA -



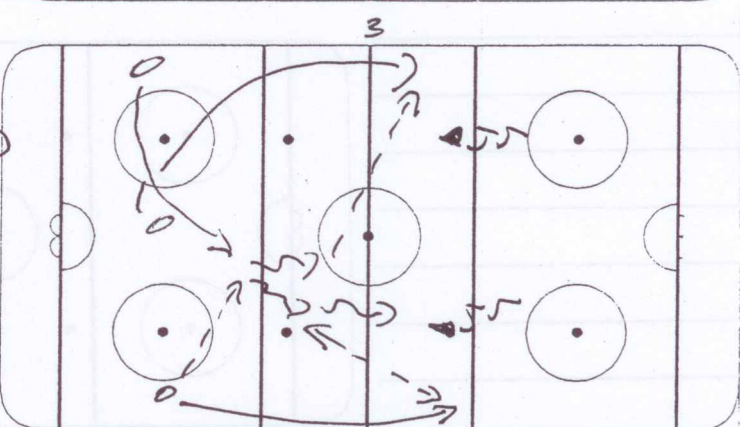
3'
2'
8'

② HCV 1-0 VIB(1)
- VLETAČI KLÁČE S
KOTLOVĚTI / VYHOVÁČI!
- VÍZKA' OTČELBA
- PÁKZA -



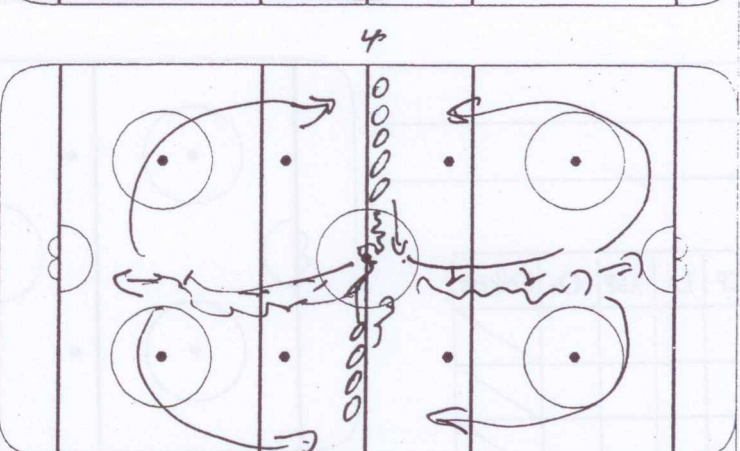
2'
8'

③ HCV 3-2 VIB(2)
- KUVADLO
- L VARIKOVY PŘÍHL.
VE SP
- VYCHLÉ VYŘEŠENÍ
SITUAČE



2'
15'

④ HCV 5-2 VIB(3)
- NA SVÉ OBRÁTCĚ
- PŘEČ PŘIČEŠKI 5-0
PROTI PĚTI S KLEDIKKA
OBRÁTKY = DODRŽOVAT
PRINCIPY!
- ZAVIČ PŘIČEŠOVÁNÍ -
- PÁKZA -



2'
8'
1'

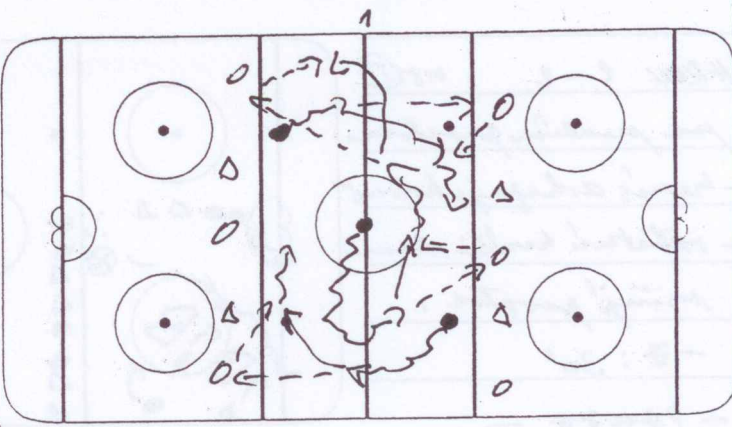
⑤ JAKOBYCH. KÁČEBOY ZO
KLAMNĚTI POKYBU A PŘÍW.

Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra	⑥				
H.c.v.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

Poznámky: PŘED VTK. S OCELAŘI TRÁVET

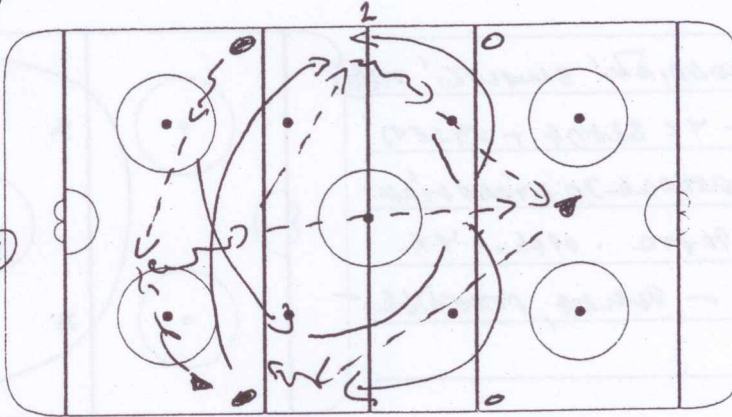
601

- TŘI PĚTKY -
 ① ZPRACOVÁNÍ VÍZ(1)
 - trojité hodby + korolky.
 přikládají střížek
 hracím a spřáhoun
 přikládou z - 30°
 - pauza



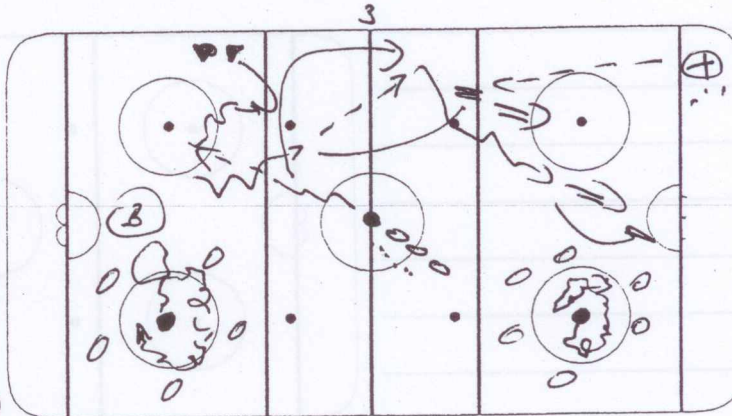
6'
2'

② HRAČE 2-1 VÍZ(2)
 2x 8x10 2541 SP
 - obrátí přikládá ve SP
 + zakončení
 - pauza -



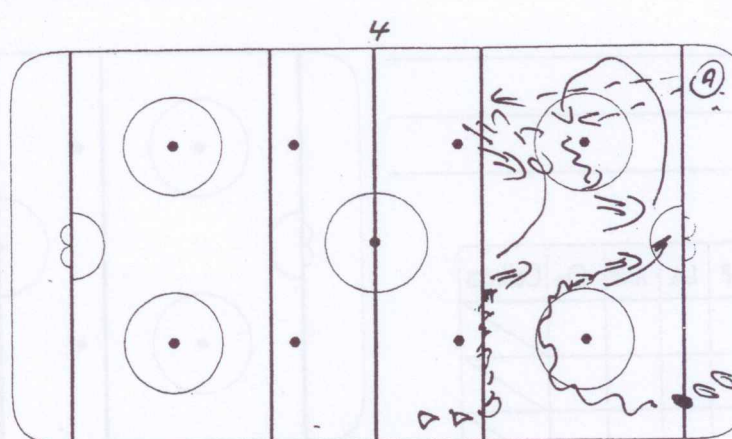
6'
2'

③ STĚŽBA 2x1-0 VÍZ(3)
 - puzge z jami
 strany
 - párat do třech
 pozic.



2'
10'

3x obrát krusku o kot.
 v krusku jidovství.
 z - 15° VÍZ(3)
 - přikládá, obrátí, obrátí.
 - pauza -



2'
8'
2'

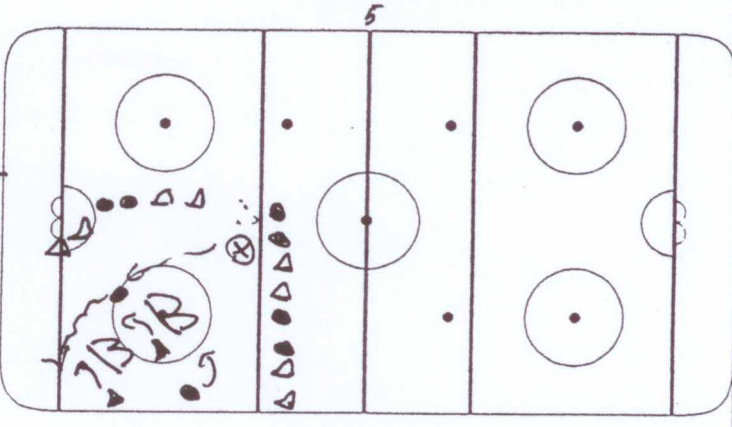
④ STĚŽBA 1-0 VÍZ(4)
 - 2x obrátce
 - 2x útok
 3'-L / 3'-P
 - pauza -

Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.cv.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

Poznámky:

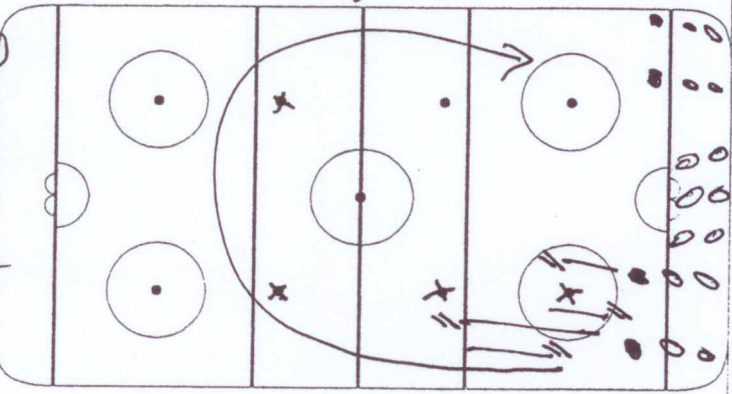
Č.cv.	Popis	Obsah TJ - grafické znázornění	Čas
-------	-------	--------------------------------	-----

5) HREV 2-2 vstřel
 - na malém prostoru
 - kromě ochrany holono
 - rotace kuličky ohe-
 mými prsty.
 - 2 : 30"
 - PAUZA -



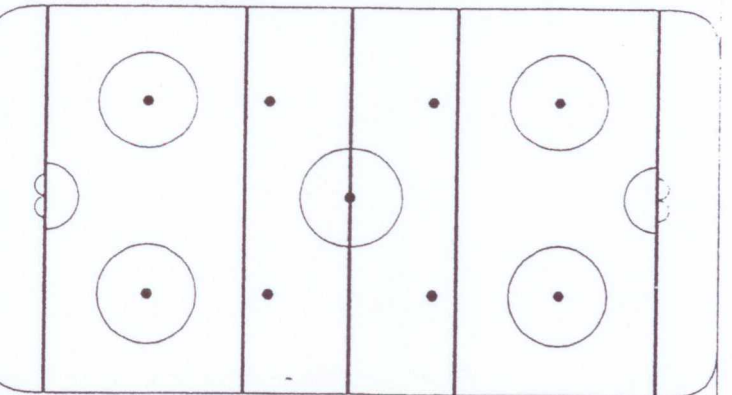
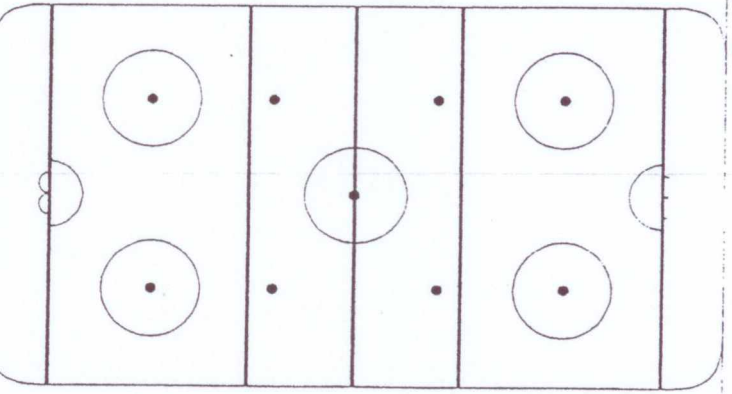
10'

6) KONDICNÍ BRANĚNÍ vstřel
 - 4x BRÁNA + VÝSTŘEL
 OBROUK DO VÝSTŘELK
 PŘEČ. OPLK. - 4x
 7) - PAUZA, PŘEČEK.



10'

2'

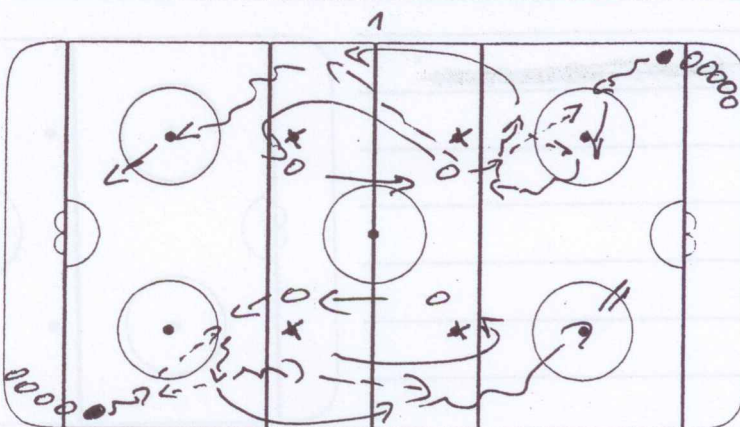


Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.cv.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

Poznámky:

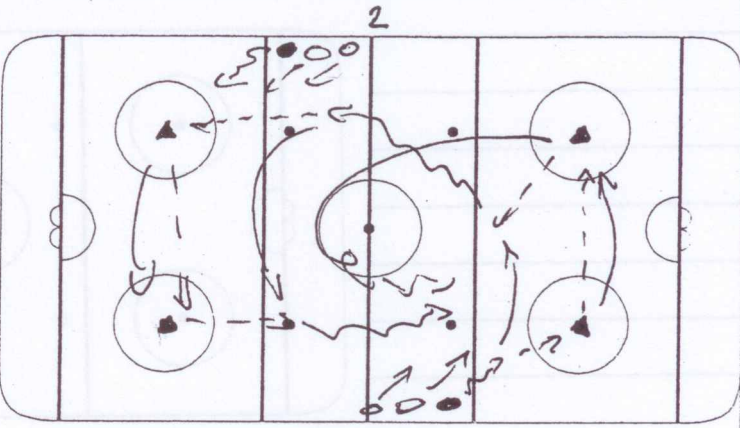
60'

1) 260112. 1. kolo 1-0
- PŘÍHR. VE DVOJICÍCH -



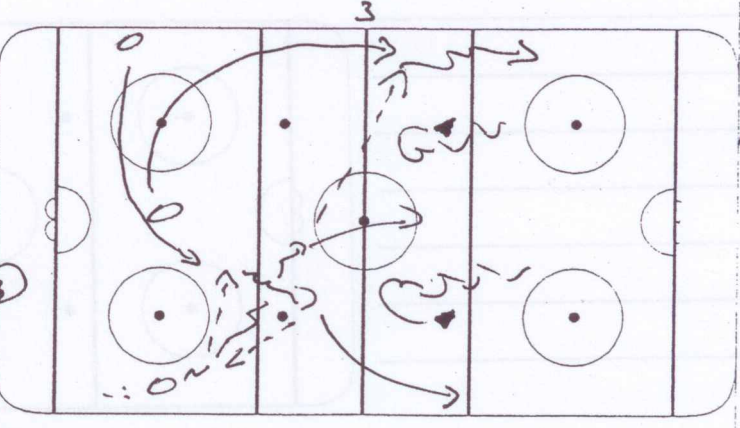
31

2) 100112 1-0 viz 1)
- KARUSEL -



51

3) HCV 1-1 / 2-1
3-1 / 3-2
- STŘEDNĚ & OBLOU
KRAJ!
- PO 3' SE PŘIDÁVÁ
DRAHÝ ÚHOB. 2-1
- PO 3' POKRÁČ. 3-1
- PO 3' POKRÁČ. 3-2
- STŘELÍ STŘEB
- OBRAŤOU KOLEM
- PAUZA, VÝRAVA
LED. PLOCHY -

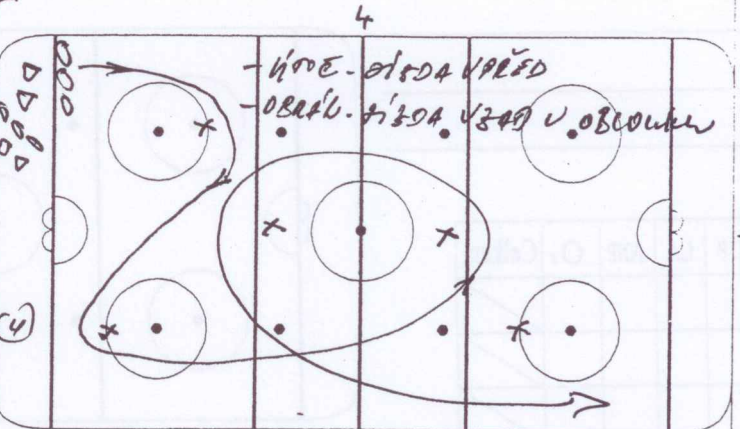


101

4) - PAUZA, VÝRAVA
LED. PLOCHY -

121

5) ZAKOLÉŽENÍ ÚSTK 1-0 viz 3)
na soupe obrátka 3-2
3-2
- PO ZAKOLÉŽENÍ ZÁČ 5-5
- ČELOSTVÍ PŘÍBĚH KUL.
- PAUZA -



81

6) HRA 5-5 / VRAZOVÁNÍ /
OBRAŤKA 1-2-2

21

Čas	%	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra						
Hcv.						
Nácvik						
KL						
Sila						
KML						
Celkem						

7) kolo 10 BŘEZENÍ viz 4)
8X ORAKOVÁ

351

81

Poznámky:

21

- TŘI PĚTKY -

① ZAPRACOVÁNÍ VÍZ ①

- BANIČEK, 1 KOPULOVÁNÍ

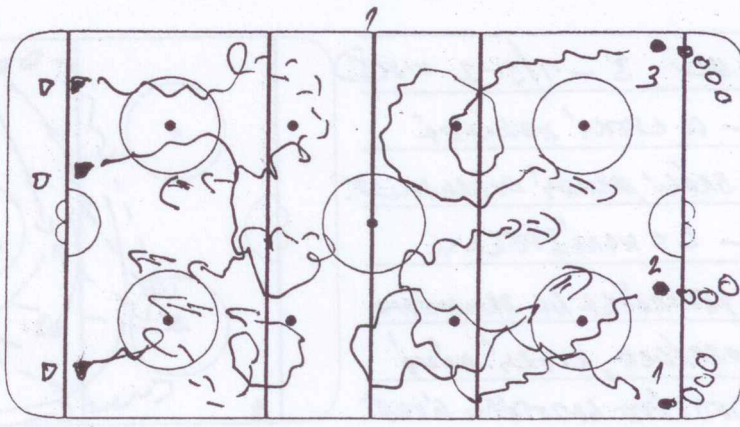
PRŮBĚH

- O SÍLA V PŘED

Δ 1 PŘEBĚH

- NA SEDMÉ POL. KATOVÉ.

- PÁNEK -



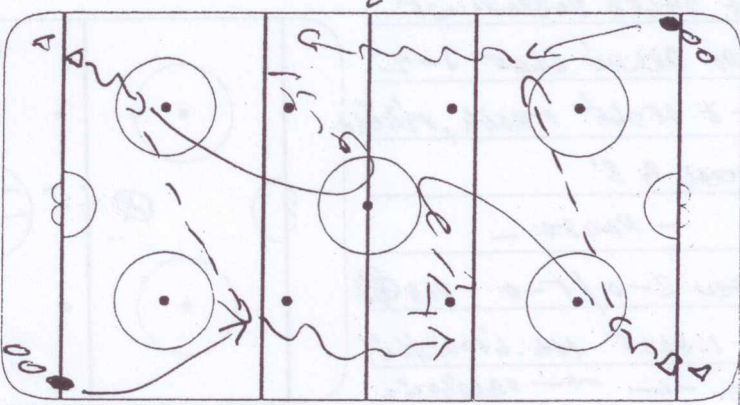
6'

2'

② SITUACE 1-1 VÍZ ②

- KONTRAKČNĚ Z OBOLU PRAH

- PÁNEK -



6'

2'

6'

③ KCV 1-1 + 2x1-0

1. AKCE - TLAK NA VÍZ ③

KATOVÉ 1 PÁNEK

2. AKCE - VÍZ. PO PŘECH

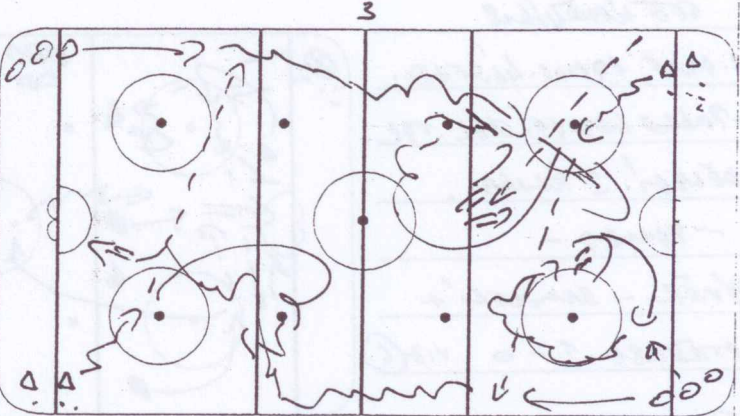
Z PŘED SAM. HOJÍD.

3. AKCE - OBOLU PRAH

Z JEDN. STR. OD

PRAH, VÍZ. VÍZ.

- PÁNEK -



2'

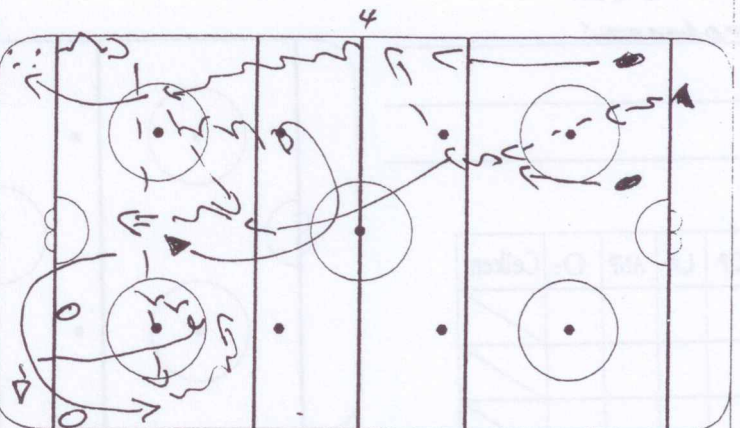
6'

④ KCV 2-1 DALŠÍ AKCE

Z PRAH 2-2 VÍZ ④

- KONTRAKČNĚ Z OBOLU PRAH

- PÁNEK -

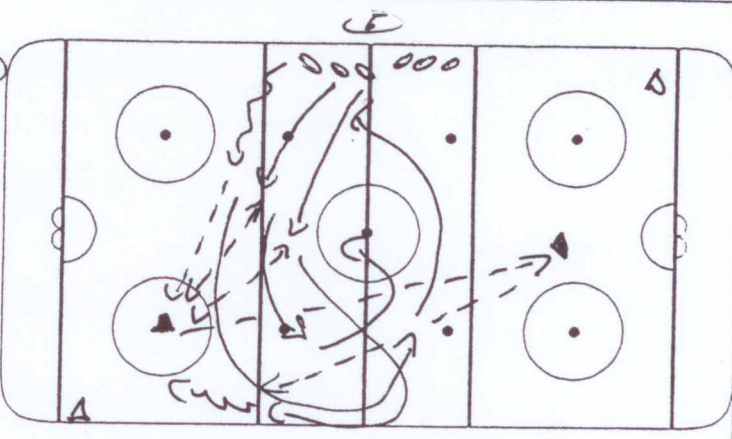


2'

Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.c.v.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

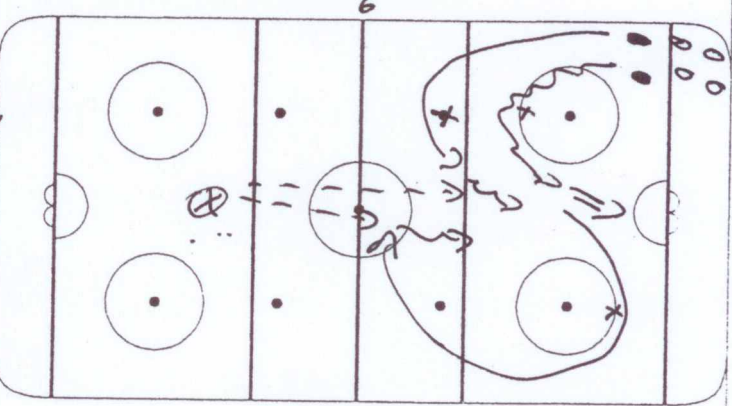
Poznámky:

5) HCV 3-7/3-2 viz 5
 - Δ KTERÝ ZAKLÁDÁ
 BRÁNI, DRUHÝ DOBRANLUJE.
 - 2x KRAJŠTOLA +
 PŘIKRÝVKA NA DRUHÉM
 OBRÁZCE, KTERÝ DRUHÝ
 UPOZORNĚ NAJDETEHU VÍDĚ.
 + ZHLED DOBRANLUJE
 DO DRUHÉ AKCE 3-2
 - 3 DEJNÉ KRAJŠ, VÝHĚDA
 KRAJŠ P 3'
 - PRAZA -



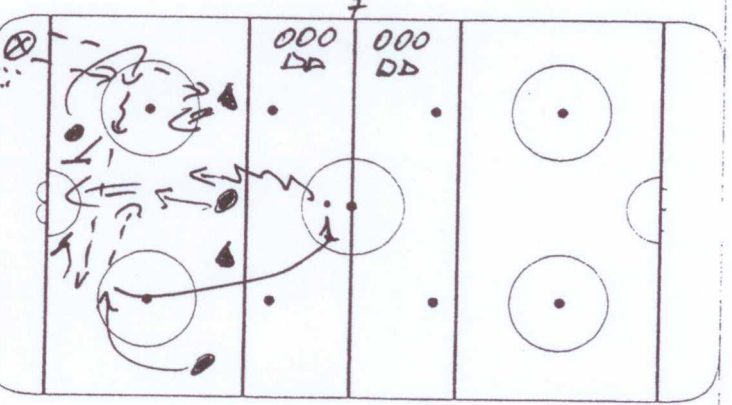
101

6) HCV 3-0/5-0 viz 6
 - I. AKCE TAK. VÝHĚDA
 II. - - - - - OBRÁZKA +
 VĚD VÝHĚDA
 III. AKCE TAK. VÝHĚDA.
 - POKUD VEDNÍ GÓL TAK
 DĚLATI 3 KLICKA.
 - PRAZA -



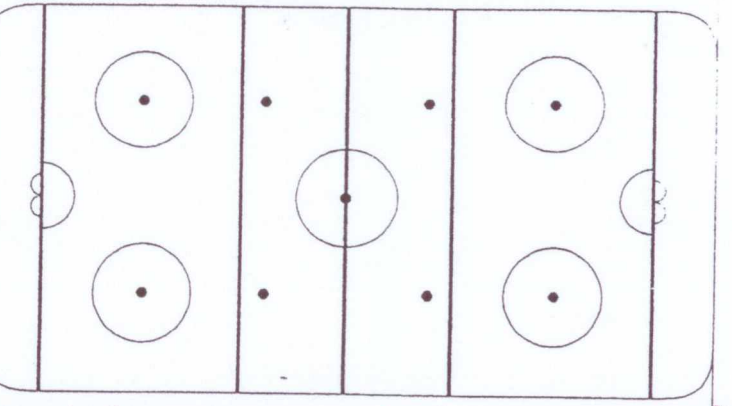
11
81

7) ZPŮVĚR - BRANLEH +
 PŘEBĚHA 1-0 viz 6



41
21

8) STREŠTICK
 KODKODERU



Čas %	CP	LA	ANP	O ₂	Celkem
Hra					
H.cv.					
Nácvik					
KL					
Síla					
KML					
Celkem					

Poznámky: PŘED UKÁZKAMI Z HE BUAR PŘEBĚHU

101