

# proč?

## Proč začít hrát hokej?

### Hokej je velká zábava.

Děti se učí mnoha novým a zábavným dovednostem.  
Hokej je nejrychlejší týmová hra.

### Hokej je kolektivní sport.

Být součástí mužstva je nádherný pocit.  
Hokejisté jsou kamarádi a učí se zároveň disciplíně  
a zodpovědnosti, hráči musí spolupracovat  
a vzájemně se podporovat.

### Hokej je bezpečná hra.

Žákovský hokej není profesionální  
kontaktní sport.  
V žákovských kategoriích se nehraje do těla,  
ke zranění dochází jen velmi zřídka.  
Hráči jsou oblečeni do kvalitní výzbroje,  
která je ochrání. Výzbroj se dá pořídit  
i za velice rozumnou cenu

### Hokej baví celou rodinu.

Hokej je nádherný sport na divání a fandění,  
během zápasů je mnoho příležitostí poznat nové lidi  
a sprátelit se.  
Hokej hrají holky i kluci. I rodiče si hokejové zápasy svých  
dětí užívají, přáteli se a společně fandí.



Tvůj tým:

více informací: [www.cslh.cz](http://www.cslh.cz)



Pojď hrát hokej!



**Hokej je správná hra pro mne**

# hokej

## O hokeji.

**Hokej** je nejrychlejší kolektivní hra na světě. Celkem hokej hraje po celé planetě více jak 2 milióny chlapců a dívek.

Hra je založena na týmové spolupráci, disciplíně a rychlosti. Jakmile hráč vstoupí poprvé na led, začne se učit dovednosti a bude ho to bavit.

**Hokej** je nádherná hra na dívání, ale ještě lepší je hokej hrát. Český svaz ledního hokeje vás vítá ve světě ledního hokeje.

# jak?

## Jak začít?

Český svaz ledního hokeje nabízí program, který je ideální pro začátečníky. Program **Pojď hrát hokej**, naučí děti základní dovednosti v nesoutěživé atmosféře. Hokej učíme děti v pozitivním prostředí, zábavnými metodami, tak, aby se na tréninky těšili.



# proč?

## Proč bych měl začít?

Důvodů je mnoho. Naučím se bruslit, získám sílu, vytrvalost, rychlost, zlepším koordinaci. Zvýším si sebevědomí, naučím se soupeřit a osvojim si pravidla fair play.

Naučím se zvládat i mnoho dalších sportovních aktivit jako je běhání, skákání, speciální obratnost, plavání. Hry jako je fotbal, basketbal, florbal, hokejbal a další jsou běžnými sporty, kterým v tréninku věnujeme pozornost, doplňujeme tak hokejové dovednosti a rozvíjíme všestrannost.

## Nejdůležitější je však zábava, kterou hokej poskytuje.

Dovednosti, které se naučím podpoří to, co se učím doma a ve škole.

Týmová spolupráce, rozdělení úkolů, vzájemná podpora, to jsou vlastnosti, které uplatním ve svém životě.

Pravidla fair play a respekt vůči ostatním patří mezi základní hodnoty v rámci ČSLH.

ČSLH se snaží neustále tyto hodnoty propagovat, jak mezi hráči, funkcionáři, rozhodčími, tak i rodiči a fanoušky.

