



Pozvánka na seminář hlavních trenérů extraligy juniorů, extraligy st. dorostu, extraligy ml. dorostu

ČSLH pořádá seminář hlavních trenérů extraligy juniorů, extraligy st. dorostu, extraligy ml. dorostu v předzávodním období sezóny 2010/11. Akce se koná při příležitosti mezinárodního turnaje hráčů do 18 let – Memoriálu Ivana Hlinky v Břeclavi.

Přednášky proběhnou v Domě školství v ulici 17. listopadu 1A (200 metrů od kostela na křižovatce vlevo) v úterý 10. srpna 2010 od 10 hodin. Prezentace proběhne v čase 9:00 – 10:00. Parkování zajištěno u zimního stadionu, cesta značena a trvá 10 minut pomalou chůzí

Téma:

- Požadavky na trénink mladých vrcholových hokejistů v předzávodním a závodním období
- Příprava a hodnocení utkání na mezinárodní úrovni

Program:

A) První část semináře od 10:00

1. Informace sportovního úseku ČSLH (p. Lener)
2. Požadavky na trénink hráčů ml. dorostu, trénink ČR U16 (p. Bukač ml.)
3. Požadavky na trénink hráčů st. dorostu a juniorů, SCM, trénink ČR U20 (p. Přerost)
4. Trénink a příprava na utkání ČR U18, ukázky z elitního kempu švédských reprezentantů U17, U18 v červnu 2010 (p. Šolc)
5. Trénink dynamiky a příprava na utkání – trenéři zahraničních reprezentačních výběrů U18 (trenéři USA, Finsko)
6. Ukázky tréninku rychlosti a dynamiky na ledě v podmínkách extraligového týmu HC EATON Pardubice (p. Votruba)
7. Zakončení útoku, tlak na bránu, clonění – ukázky z finále OH 2010 ve Vancouveru, ukázky tréninkových cvičení (p. Procházka)
8. Osobní souboje a hra tělem v tréninku mimo led (p. Pavliš)

UTKÁNÍ USA – RUSKO 15:30

B) Druhá část semináře od 18:00 (v pauze mezi utkáními USA-RUS a CZE-FIN)

9. Hodnocení utkání USA-RUS (trenér USA)
10. Zefektivnění práce brankáře v tréninku na ledě v situacích, kdy není přítomen trenér brankářů (p. Kučera)

UTKÁNÍ ČESKO – FINSKO 19:00

11. Hodnocení utkání CZE-FIN (p. Šolc, trenér FIN)
12. Závěr semináře – cca 22:00 (p. Lener)

Poznámky:

- Seminář se počítá trenérům jako doškolovací seminář k prodloužení trenérských průkazů.
- Poplatek 300 Kč - zaplatí každý osobně při prezenci. V ceně jsou zahrnuty met. materiály a vstup na utkání.
- V průběhu semináře bude poskytnuto občerstvení.

V Praze dne 26. 7. 2010

Slavomír Lener, šéftrenér ČSLH
mobil: 724 169 011
e-mail: lener@cslh.cz, leners@email.cz