



Program kempu: 2. Termín – 8. 7. – 12. 7. 2024

Pondelok: 8. 7. 2024

6:15 – Zraz v kabíne

6:45 – 8:15 – 1. Tréning na ľADE

8:30 – Zahájenie kempu

8:45 – Zaplatenie kempu

9:00 – 10:00 – 1. Suchý tréning – Telocvičňa / Ihrisko

10:15 – 11:15 – Prednáška: Systém ľadového hokeja v Kanade.

11:30 – 12:00 – Obed

12:15 – 13:15 – 2. Suchý tréning – Telocvičňa / Ihrisko

13:20 – Prezliecť sa na ľad

13:40 – Video-prezentácia tréningových prvkov, ktoré budeme vykonávať na ľade

14:00 – 15:00 – 2. Tréning na ľADE

Koniec 1. Dňa

Utorok: 9. 7. 2024

6:15 – Zraz v kabíne

6:45 – 8:15 – 1. Tréning na ľADE

8:30 – 9:45 – 1. Suchý tréning – Telocvičňa / Ihrisko

10:00 – 11:00 – Prednáška: Systém ľadového hokeja vo Švédsku.

11:15 – 11:45 – Obed

12:00 – 13:15 – 2. Suchý tréning – Telocvičňa / Ihrisko

13:20 – Prezliecť sa na ľad

13:40 – Video-prezentácia tréningových prvkov, ktoré budeme vykonávať na ľade

14:00 – 15:00 – 2. Tréning na ľADE

Koniec 2. Dňa

Streda: 10. 7. 2024

6:15 – Zraz v kabíne

6:45 – 8:15 – 1. Tréning na ľADE

8:30 – 9:45 – 1. Suchý tréning – Telocvičňa / Ihrisko

10:00 – 11:00 – Prednáška: Hokejoví Agenti a Skauti / Ako si vybrať agenta?

11:15 – 11:45 – Obed

12:00 – 13:15 – 2. Suchý tréning – Telocvičňa / Ihrisko

13:20 – Prezliecť sa na ľad

13:40 – Video-prezentácia tréningových prvkov, ktoré budeme vykonávať na ľade

14:00 – 15:00 – 2. Tréning na ľADE

Koniec 3. Dňa



Štvrtok: 11. 7. 2024

6:15 – Zraz v kabíne

6:45 – 8:15 – 1. Tréning na ľADE

8:30 – 9:45 – 1. Suchý tréning – Telocvičňa / Ihrisko

10:00 – 11:00 – Prednáška: Moderné prvky v ľadovom hokeji. / Význam a využitie video analýz jednotlivca v ľadovom hokeji.

11:15 – 11:45 – Obed

12:00 – 13:15 – 2. Suchý tréning – Telocvičňa / Ihrisko

13:20 – Prezliecť sa na ľad

13:40 – Video-prezentácia tréningových prvkov, ktoré budeme vykonávať na lade

14:00 – 15:00 – 2. Tréning na ľADE

Koniec 4. Dňa

Piatok: 12. 7. 2024

6:15 – Zraz v kabíne

6:45 – 8:15 – 1. Tréning na ľADE

8:30 – 9:45 – 1. Suchý tréning – Telocvičňa / Ihrisko

10:00 – 11:00 – Prednáška: Moderné prvky v ľadovom hokeji II. / Priprava na zápas a analýza taktiky súpera.

11:15 – 11:45 – Obed

12:00 – 13:15 – 2. Suchý tréning – Telocvičňa / Ihrisko

13:20 – Prezliecť sa na ľad

13:40 – Video-prezentácia tréningových prvkov, ktoré budeme vykonávať na lade

14:00 – 15:00 – 2. Tréning na ľADE

15:20 – Ukončenie kempu

Koniec 5. Dňa

Témy prednášok

1. Téma: **Systém ľadového hokeja v Kanade.**
2. Téma: **Systém ľadového hokeja vo Švédsku.**
3. Téma: **Hokejoví Agenti a Skauti / Ako si vybrať agenta?**
4. Téma: **Moderné prvky v ľadovom hokeji. / Význam a využitie video analýz jednotlivca v ľadovom hokeji.**