



Program kempu: 1. Termín – 1. 7. – 5. 7. 2024

Pondelok: 1. 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 vo Švédsku.

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 lade

14:00 – 15:00 – 2. Tréning na ľADE

Koniec 1. Dňa

Utorok: 2. 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 I. / 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 2. Dňa

Streda: 3. 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 lade

14:00 – 15:00 – 2. Tréning na ľADE

Koniec 3. Dňa



Štvrtok: 4. 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. / Príprava 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 ľade

14:00 – 15:00 – 2. Tréning na ľADE

Koniec 4. Dňa

Piatok: 5. 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. / Príprava 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 ľade

14:00 – 15:00 – 2. Tréning na ľADE

15:20 – Ukončenie kempu

Koniec 5. Dňa

Témy prednášok

1. Téma: **Systém ľadového hokeja vo Švédsku.**
2. Téma: **Moderné prvky v ľadovom hokeji I. / Význam a využitie video analýz jednotlivca v ľadovom hokeji.**
3. Téma: **Hokejoví Agenti a Skauti / Ako si vybrať agenta? Prečo máme v hokeji Skautov? Rozdiel medzi agentom a skautom.**
4. Téma: **Moderné prvky v ľadovom hokeji II. / Príprava na zápas a analýza taktiky súpera.**