

Sportovní soustředění Klokánů v Mariánských Lázních

Ve dnech 22.10. až 29.10.2023 se parta 19 mladých Klokánů a 2 trenérů zúčastnila týdenního sportovního soustředění v Mariánských Lázních. Ubytovací a stravovací azyl jsme našli na ubytovně TJ Lokomotiva Mariánské Lázně v tribuně ploché dráhy. Každý den jsme absolvovali dvoufázový až třífázový trénink v trvání 2 hodiny dopoledne, 2 hodiny odpoledne a 2 hodiny večer. Každý den se minimálně jedna tréninková jednotka konala vždy v tělocvičně se zaměřením na rozvíjení a zdokonalování jednotlivých volejbalových činností. Druhá tréninková jednotka se každý den měnila. V druhé fázi se střídaly venkovní tréninky v areálu ploché dráhy se zaměřením na fyzickou přípravu sportovců a tréninky v plaveckém bazénu v Mariánských Lázních, které plnily regenerační a relaxační součást sportovní přípravy. K tréninkům v tělocvičně jsme využívali především tělocvičnu na ZŠ Úšovice, kterou jsme měli v dosahu 500m od ubytovny, a městskou sportovní halu. Na jedno dopoledne uprostřed soustředění bylo vyhlášeno sportovní volno, které jsme vyplnili návštěvou parku miniatur v Mariánských Lázních a pěším výletem po lázeňských lesích, parcích a rozhlednách. Na závěr každého dne proběhla jedna ze soutěží MaTaSa a na konci soustředění byly vyhlášeny výsledky (vyhrálo družstvo „Bačkory“ před družstvy „Lamy“, „Čočka“ a „Luna“). Počet účastníků soustředění se oproti loňsku snížil.

Sportovní cíle soustředění se podařilo naplnit beze zbytku, stravování s ubytováním zasloužilo velkou pochvalu stejně jako kvalitní sportovní zázemí v Mariánských Lázních a doufáme, že zúčastnění mladí volejbalisté spolku VA-K z.s. si užili nejen hodně sportovní dřiny, ale i hodně zábavy a randy v dobré partě na soustředění.

Spolek Volejbal Aš – Klokani z.s. velice děkuje Městu Aš, Karlovarskému kraji a NSA za finanční grantovou podporu našeho spolku, díky které jsme mohli uskutečnit sportovní soustředění našich dětských a mládežnických členů.

Moc děkujeme rodičům za pomoc s dopravou do Mariánských Lázní a zpět. Velké díky patří především trenérům zajišťujícím soustředění.

(VA-K)