



Zpráva o průběhu semináře a soustředění – volejbal ČHSO

Ve dne 16.11 a 17.11. 2024 se uskutečnil seminář a soustředění volejbalového mužstva z klubu ČHSO Lvíčata Sedlec-Prčice. Místem setkání volejbalistů a příznivců volejbalu se stal areál DDŠ Sedlec-Prčice, který zajistil tréninkové prostory v tělocvičně DDŠ, ubytování a stravu pro organizátory této akce.

Z členů ČHSO nikdo neprojevil zájem o toto setkání. Vedení klubu se rozhodlo pojmout toto soustředění jako propagační akci, na které bylo představeno ČHSO a jeho aktivity. Již jednou byla podobná akce uskutečněna v Sedlci-Prčici pod názvem „Come and try“, která měla velký úspěch. Proto byli pozváni zájemci z řad mládeže a dospělých z města Sedlec-Prčice.

I o víkendu 16.-17.11.2024 se zúčastnili děti a dospělí z okolí, kteří přišli v počtu 16 dětí a 6 dospělých do tělocvičny DDŠ a absolvovali workshop zaměřený na základy volejbalu. Dále byly představeny metody nácviku herních činností jednotlivce a taktika hry volejbalu. Workshop vedl trenér ČHSO Stanislav Urban a asistent trenéra Jan Alexander. Dále do cvičení byli zapojeni všichni hráči volejbalového mužstva ČHSO.

Dopolední program byl zaměřen na nácvik herních činností jednotlivce, dále nácvik podání a útočného úderu. Teorie byla zaměřena na pravidla hry volejbalu a na taktické prvky v obraně a útoku. Odpolední program tvořilo vzájemné utkání mužstev složených z hráčů ČHSO a zájemců z řad dospělých účastníků soustředění. Druhý den byl věnován individuálnímu tréninku mužstva ČHSO, soustředění bylo zakončeno v 13.30 h odjezdem zúčastněných.

Závěr: Akce se zúčastnilo 30 zájemců. Dle vyjádření zúčastněných se workshop velice líbil a byla domluvena další spolupráce. Přítomné děti byly odměněny sladkostmi. Pitný režim byl zajištěn, nedošlo k žádnému zranění.

V Sedlci-Prčici, dne 20.11.2024

Zpracoval: Mgr. Stanislav Urban, ředitel volejbalu