



NÁRODNÍ
SPORTOVNÍ
AGENTURA



Soustředění výběru mládeže hráčů U21 – hodnocení

Soustředění mládeže proběhlo v termínu od 8.11 – 10. 11. 2024. Jednalo se již o jejich třetí soustředění juniorů. V pátek navečer se hráči a vedení sjeli do sportovního centra v Nymburku. Přijelo celkem 20 osob, z toho byli 4 osoby z realizačního týmu. Nominovaní hráči pocházeli z klubů jménem TJ Slovan Zlín, SSK Vítkovice, I.PSKN Praha, SKN Hradec Králové) a BSKN České Budějovice. První večerní trénink jsme započali kontaktem mezi hráčem a míčem, střelby a sprinty. Druhý den začal ranním kondičním tréninkem, následoval sprint, při němž někteří hráči v pohodě doběhli do cíle, zatímco nováčci se snažili a postupně si zvykali. Při druhém tréninku proběhlo běhání okruhem, dotyk s míčem, střelby a přihrávky ve dvojicích, a pak malý zápas (3 týmy po 5 hráčích). Zápas se vydařil. Z kolektivu se cca 2-3 hráči museli učit a více trénovat. Po obědě probíhala obědová pauza, tímto odpočinkem si hráči nabírali energii pro další trénink. Po odpoledním odpočinku byl další trénink, vyšší stupeň tréninku, například bylo více sprintů než předtím, běh s míčem, dotyk s míčem a s hráčem, pak muset zpět na obranu dle futsalového zvyku. Po tréninku jsme si ve skupinách odpočinuli při wellnessu. Po večeři proběhla přednáška na různá témata, konkrétně budoucnost a reprezentaci ČR. Po přednášce byla diskuse, většina se hodnotila přednášku kladně a proběhlo to v přátelském duchu. Třetí den jsme si zase běhali (3 km) a zaběhli i delší sprinty (cca 80 m), všichni doběhli do cíle. V závěru tréninku byli už vyčerpaní. Junioři plnili všechna cvičení a pokyny trenérů bez problémů. Snažili se ze všech sil plnit různá těžká cvičení. Na závěr dne se konal opět malý zápas mezi třemi týmy, který proběhl bez problémů. V závěru společná fotografie pro NSA a FAČR. Po obědě se odjelo domů. Děkujeme dotaci FAČR a klubům za podporu od NSA.

