



BASKET CAMP SLANÝ



BASKET
NÁS
BAVÍ



Ahoj basketářky

Tak už je to tu zase!! Leden je tu, a s ním start příprav nového BASKET CAMPu ve Slaném.

I letos se můžete těšit na kvalitní zkušené trenéry, ligové hráče a hráčky, nové kámošky a fajnovou atmosféru 😊.

Opět se zaměříme v tréninkových jednotkách na vaše individuální dovednosti, hru 1 na 1 v obraně i útoku.

Tak neváhejte a pošlete nám svoji přihlášku!
Kapacita campu je omezená, jen 50 hráček.

Zaměření: **HRA 1 NA 1 - útočné i obranné individuální basketbalové dovednosti**

Datum: **neděle 9. 7. – pátek 14. 7. 2023** (check in, neděle 15:00 – 18:00)

Místo: areál Víceúčelové sportovní haly Slaný, Lacinova 1720 (Zimní stadion)

Sportoviště: sportovní hala VSH, tělocvičny 3.ZŠ, atletický stadion, aquapark,
venkovní basketbalové hřiště

Ubytování: hotel a ubytovna VSH Slaný (2, 3, 6lůžkové pokoje)

Stravování: Restaurace Zimák (snídaně, obědy, večere + ovoce a pitný režim během dne)

Kapacita: max. 50 hráček (3 skupiny dle věku)

Věková kat.: U11 – U15

Cena: bude upřesněna

BASKET CAMP SLANÝ je 5denní intenzivní basketbalový camp zaměřený na individuální činnosti při hře 1 na 1.

Kemp je určen mladým basketbalistkám ve věku 11 – 15 roků s různou úrovní basketbalových dovedností. S každou hráčkou pracujeme v rámci tréninkové skupiny co nejosobněji s důrazem na její výkonnostní posun.

Camp je vedený úspěšným ligovým a reprezentačním trenérem **Martinem Petrovickým**.

Důležitou součástí tréninku bude také atletická příprava s profesionálním kondičním trenérem a regenerace formou stretchingu a plavání v bazénu.

Tréninky svojí účastí zpestří také několik českých basketbalových reprezentantů. Těšte se ! 😊

Pro účastnice je připraven celodenní tréninkový program na vnitřním i venkovním hřišti, na atletickém stadionu a v okolí sportovní haly, doplněný spoustou soutěží a zápasů.

Head coach

Martin Petrovický

Kariéra, zkušenosti:

Reprezentace ČR: 2. místo na MS 2010 (asistent trenéra), 4. místo na ME 2011 (asistent trenéra), 6. místo na OH 2012 Londýn (asistent trenéra), 6. místo na ME 2013 (asistent trenéra)

Týmové úspěchy: KARA Trutnov – 1. místo CEWL 2010, 2012, 3. místo 2011, 4. místo 2012, 3. místo ŽBL 2006, 2007, 2008, 2009, 2010 a 4. místo 2012, 2013 / BK STRAKONICE – 4. místo ŽBL 2004

Na koho se můžete na campu těšit ?

Pamela Therese Effangová

hráčka Sokol Hradec Králové,
reprezentantka ČR,



Michaela Vondráčková

hráčka BK Žabiny Brno,
reprezentantka ČR U17 a U20,
účastnice ME,
odchovankyně BC Slaný



Radek Farský

hráč BK Opava, dříve
A. O. Agriniou (Řecko),
BASKET Brno, USK Praha,
odchovanec BC Slaný,
reprezentant ČR



... a další naši hosté !



...a také na partu skvělých trenérů a asistentek BC Slaný ☺



V rámci tréninkových jednotek se zaměříme zejména na:

- **Hru 1 na 1 v útočné i obranné činnosti**
- **Individuální činnosti hráček**
- **Atletickou přípravu**
- **Kondiční a kompenzační cvičení**

Hráčky budou rozděleny do 3 tréninkových skupin dle věku, každou skupinu vede 1 trenér a 1 asistentka. Budeme trénovat v dopoledním a odpoledním bloku vždy po 2 tréninkových jednotkách. Dopoledne 2 x 60 min, odpoledne 2 x 90 min + po večeri soutěže, zápasy a hry.

Začínáme v neděli registrací a uvítáním účastnic, tréninky pak začnou v pondělí dopoledne. Závěr campu je plánován na pátek, kdy proběhnou zápasy a soutěže a vyhlášení.

Co si máš vzít s sebou ?

- Basketbalová i běžecká sportovní obuv, přezůvky, světlý a tmavý tréninkový dres nebo tričko, švihadlo, teplákovou soupravu, plavky, ručníky, hygienické potřeby, basketbalový míč, další oblečení, léky
- Nadšení, radost a chuť se zlepšovat!

V ceně campu je zahrnuto:

- Ubytování hotelového typu
- Stravování – plná penze, pitný režim, ovoce
- Odborné vedení trenéry a asistenty

- Účastnické dárky (triko, batůžek)
- Certifikát absolventa campu
- Skupinové campové foto

Slevy:

- při účasti 4 a více hráček z jednoho oddílu sleva 100 Kč/os.
- Při účasti sourozenců sleva 100 Kč/os.

Kontaktní osoba (manažer campu) :

Rostě Nič
E: rnic@email.cz
T: +420 724 118 811
W: www.bcslany.cz



Těšíme se na vás ve Slaném !



Sportovní hala a atletický stadion

