

Letní příprava na sezónu

Jak se zdokonalit v kuželnách a při tom se dobře pobavit a navázat nová přátelství? Jeďte na Letní kuželkářskou školu v Jihlavě. Zde jsou kuželkáři aktivní a nemyslí jen na sebe.

Necelé 2 desítky zájemců se letos sešlo v termínu 8. – 11. 8. Většinové zastoupení měla Praha – SK Meteor, KK Konstruktiva, AC Sparta a KK DP.

Celé dny jsme měli vyplněné aktivitami.

- 7,15 Budíček
- 8,00 Snídaně
- 8,30 Rozcvička na hřišti
- 9,15 Dopolední trénink
- 12,15 Oběd
- 12,45 Individuální relax
- 14,00 Odpolední trénink
- 16,30 Fotbálek, vybíjená nebo bazén
- 18,00 Večeře
- 18,30 Přednáška k taktice hry a pravidlům kuželek
- 20,30 Doplnění tekutin

Velký dík patří našim trenérům, kteří z nás po celou dobu trvání soustředění nespustili oko.

Tomáši a Dane, máte od nás všech za 1*. Robinovi a dalšímu Tomášovi také děkujeme.

Co říci na závěr? Když pomínu, že někteří jedinci přepískli počáteční nadšení a trošičku si porouchali zdravím, tak vše dopadlo výborně. Za rok se v Jihlavě jistě pochlubíme našimi zlepšeními.

Ivana

LKŠ v obraze



Kuželna v Jihlavě



Spokojení účastníci



Dopolední trénink



Chvilka odpočinku



Odpolední trénink



Večerní rozbor ...



Porada trenérů



literatura



Teď už půjde vše samo