



DEVELOPMENT PROGRAM

VÍKENDOVÉ KEMPY 2024

KDE: ZIMÁČEK JIHLAVA

KDY: 4.5. - 23.6. 2024

KATEGORIE: 2009 - 2013
2014 A MLADŠÍ

CENA: 4 500,- Kč
3 500,- Kč PRO HRÁČE DUKLY



Místo konání:	Malý zímáček v Jihlavě	
Kategorie:	2009-2013 2014 a mladší	
Termíny:	04.-05.5.2024	Skating (2014 a mladší)
	11.-12.5.2024	Stickhandling (2014 a mladší)
	18.-19.5.2024	Skating (2009 -2013)
	25.-26.5.2024	Scoring (2014 a mladší)
	01.-02.6.2024	Skating (2014 a mladší)
	08.-09.6.2024	Stickhandling (2009 -2013)
	15.-16.6.2024	Stickhandling (2014 a mladší)
	22.-23.6.2024	Scoring (2009 -2013)

Cena kempu: 4.500 Kč. Pro hráče a hráčky klubu 3.500 Kč.

V ceně zahrnut: 2x oběd, 2x svačina, pitný režim

Počet tréninků: 4x na ledě + 4x na suchu

Počet hráčů je omezen na 24 míst ve skupině.

Trenéři: Trenérský tým HC Dukla Jihlava (Ujčík, Broš, Svoboda, Cihlár, Vylíčil a další)

Program:

4x trénink na ledě se zaměřením:

Dovednosti – technika bruslení, vedení kotouče, řešení situace 1-1 a zakončení.

Hra – herní myšlení, rychlost rozhodování, hra na malém prostoru a hra na celé hřiště.

4x suchý trénink se zaměřením:

Core, balance, výbušnost, hry, kompenzační cvičení a strečink.

*alternativně možnost besedy s některou z legend Dukly nebo s některým současným profi hráčem