



Náborové zimní soustředění 2022 – hodnocení akce

Ve dnech 21. 3. – 25. 3. 2022 se v Jizerských horách na Chata pod Bukovcem, Mořina, uskutečnilo zimní náborové soustředění SK Handisport Liberec za finanční pomoci ČSMPS (loterijní prostředky), NSA, KÚ LK, města Liberec.

Soustředění se zúčastnilo celkem 35 sportovců a 5 trenérů z oddílů Liberec Jablonecká a Frýdlant.

Program:

- 21. 3. 2022 – příjezd, ubytování, oběd
odpoledne, základy běhu na lyžích – běh na lyžích 10 km
večer, mazání lyží, hodnocení dne
- 22. 3. 2022 – dopoledne, běh na lyžích 10 km – klasicky
odpoledne, běh na lyžích 10 km – volnou technikou
večer mazání lyží, hodnocení dne, porada trenérů
- 23. 3. 2022 – dopoledne, tělocvična – posilovací cviky, atletická abeceda, míčové hry
odpoledne, 10 sportovců přespolní běh trénink, běh 5 km, ostatní turistika v terénu 6 km
večer, noční běh na lyžích se svítilnami (15 sportovců), příprava lyží na závody
- 24. 3. 2022 – dopoledne, běžecké závody
odpoledne, běh na lyžích 12 km
- 25. 3. 2022 – snídaně, úklid a předání pokojů – odjezd

Během soustředění nedošlo k žádnému úrazu. Všemi účastníky bylo soustředění pozitivně hodnoceno.



NÁRODNÍ
SPORTOVNÍ
AGENTURA



^ **Liberec**

Děkujeme sportovcům a trenérům za vzornou reprezentaci sportovního klubu
a podporovatelům za finanční podporu.



Petr Gašpar

Vedoucí soustředění



Zpracovala: Alena Erlebachová

Koordinátor činnosti



NÁRODNÍ
SPORTOVNÍ
AGENTURA



^ **Liberec**