



## FOTBALOVÁ MINIŠKOLIČKA

Tréninkový program určený pro **nejmladší sportovce ročníků narození 2019 a 2020**. Očekáváš vyvážený mix rozvoje fotbalových a pohybových schopností v přátelském prostředí a bez tlaku na okamžitý výsledek? V tom případě jsi tu správně! My ti hravou formou předáme fotbalové základy, na které budeš moct později navázat v opravdovém fotbalovém týmu. Třeba v tom našem. :)



## PROČ TRÉNOVAT U NÁS

Máme zkušenosti s tréninkem nejmladších sportovců i fotbalistů. Víme, jak sestavit trénink, aby naše mladé pušky udržely pozornost, bavily se pohybem a zároveň se učily novým dovednostem. Netlačíme na výsledek, nehrajeme zápasy každý víkend (postupně je ale také zařadíme) a předáváme nenásilnou formou základy sportovního tréninku. Vhodné pro zapálené fotbalisty i pro ty, kteří si výběrem sportu ještě nejsou jistí.

## TRÉNINKOVÝ PLÁN

Základem tréninku je hra. Pohybové i fotbalové hry baví děti i dospělé a jsou nejefektivnějším nástrojem rozvoje všech klíčových sportovních kompetencí. O co se konkrétně jedná?

- ✓ Kop do míče
- ✓ Síla
- ✓ Rychlost
- ✓ Chytání a hod míče
- ✓ Obratnost
- ✓ Spolupráce v týmu



### TRENÉŘI

Jan Vališ  
777 897 333



### CENA

800 Kč / měsíc  
4 000 Kč / pololetí  
Závazek u tohoto programu činí 1 pololetí.



### DALŠÍ

Pravidelné testování a porovnání schopností se svými vrstevníky.

### ROZPIS TRÉNINKŮ

| LÉTO | ČTVRTEK 17:00 | Vehlovice     |
|------|---------------|---------------|
| ZIMA | ČTVRTEK 17:00 | ZŠ Jung. sady |

V případě dotazu kontaktuj přímo hlavního trenéra Karla. Jsme otevření každé konzultaci - naším cílem je poskytnout komplexní sportovní servis našim hráčům i jejich rodičům.



**+420 607 815 677**



Areál TJ Vehlovice,  
Hroznová, 27601 Mělník



[kv-sports.com](http://kv-sports.com)



[karelvla@seznam.cz](mailto:karelvla@seznam.cz)