

DEVELOPMENT WEEKENDS

2. víkend
13. – 14. 5. 2023



BÍLÍ TYGŘI LIBEREC
AKADEMIE

Organizační pokyny

Místo konání

Sport Park Liberec - Jeronýmova 570/22, 460 07 Liberec a Home Credit Arena

Registrace bude probíhat **u recepce haly míčových sportů v sobotu v čase 7:30 – 8:00** [ODKAZ NA MAPU](#)

Každý účastník při nástupu na kemp předloží:

1. Kopii průkazu zdravotní pojišťovny – *hráči, kteří se zúčastnili našich příměstských kempů nebo development weekends, nemusí*
2. Registrační formulář – *všichni* [KE STAŽENÍ ZDE](#)

Platba

Na základně předpisu v KIS nebo variabilního symbolu zaslaným emailem (hráči mimo BTL).

Splatnost 2. víkendu je do 11. 5. 2023

Vybavení

- Kompletní hokejová výstroj
- Vybavení na suchou přípravu do tělocvičny a ven – sálová obuv, obuv na ven, kraťasy, tričko, mikina, florbalka
- Lahev na pití
- Hygiena – mýdlo, ručník, pantofle
- Roler (válec)

Kontakt

Petr Silovský - projektový manažer, silovsky@hcbilitygri.cz, 604 665 843

Trenérské obsazení



Jakub Mulač



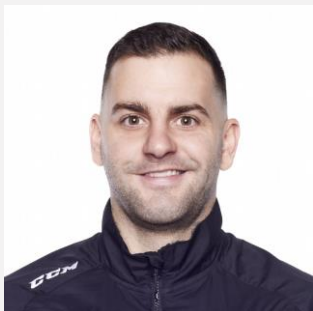
Vojtěch Fiala



Adam Jandejsek



Lukáš Pabiška



Martin Bouška
trenér brankařů

AKADEMIE BÍLÍ TYGŘI LIBEREC pořádá

DEVELOPMENT WEEKEND

13. - 14. 5. 2023

PRO ROČNÍKY 2010 - 2014

HERNÍ MYŠLENÍ | REAKCE A ROZHODOVÁNÍ

HRÁČ

KOGNITIVNÍ TRÉNINK

BRANKÁŘ

VIRTUÁLNÍ REALITA



PROGRAM 8:00 - 17:00

pokračování development days
trénink, hra a vzdělávání
profesionální trenéři
2x denně on-ice (skills a hra)
2x denně off-ice (kondiční a herní)
osobní rozvoj (workshopy)
challenge of the weekend
celodenní stravování a pitný režim

HRÁČI AKADEMIE

CENA: 2 590 Kč

PŘIHLAŠOVÁNÍ: V KISU

OSTATNÍ HRÁČI

CENA: 2 990 Kč

PŘIHLAŠOVÁNÍ: WEB I KIS
mladez.hcbilitygri.cz

#hokejnavíc

#btlibdevelopment



Partner

Sense Arena *virtuální realita*

Sense Arena <https://sensearena.com>

je moderní tréninkový doplněk pro hráče v poli i pro brankáře ledního hokeje využívající prostředí virtuální reality pro rozvoj kognitivních funkcí daného jedince. Hráč má tak možnost zlepšovat své herní myšlení, rozhodování, reakční čas, orientaci v prostoru nebo periferní vidění.

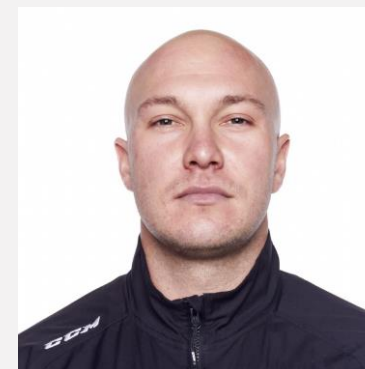
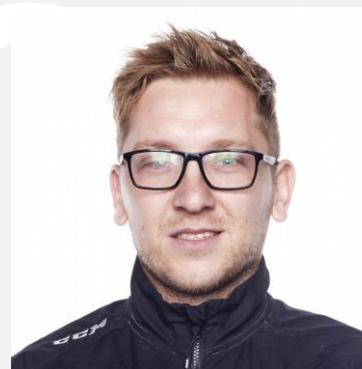
Jedná se o český projekt zakladatele Boba Tetivy, na kterém náš klub spolupracoval společně s Karlovou univerzitou od samého počátku vývoje systému. Sense Arena je dnes oficiálním partnerem několika týmů NHL pro rozvoj kognitivních funkcí. Hráči Bílých Tygrů mají možnost na denní bázi plně využívat tohoto inovativního prostředí pro své zlepšování.

Vyzkoušejte si Sense Arenu u nás!

<https://mladez.hcbilitygri.cz/sense-arena-s-trenerem>



SENSE ARENA



RYCHLÉ ROZHODOVÁNÍ



3D REPLAY



ČTENÍ HRY



TRÉNINKOVÉ PLÁNY



REAKČNÍ ČAS



NEKONEČNÉ OPAKOVÁNÍ



HODNOCENÍ DOVEDNOSTÍ



Víkendová challenge

Sense Arena

Výhra

Tygří podepsané tričko



Harmonogram

2. víkend SKUPINA I - starší 13. a 14. 5. 2023					
SOBOTA		POZNÁMKY	NEDĚLE		POZNÁMKY
7:30-8:00	sraz a registrace	recepce šatny BTL a SFM	7:30-8:00	sraz	šatna
8:00-8:15	úvodní meeting	videomítnost - téma a organizace dne	8:00-8:15	úvodní meeting	videomítnost - téma a organizace dne
8:15-8:30	warm up a příprava na TJ	rozcvičovna, žebřík a šatna	8:15-8:45	warm up a příprava na TJ	rozcvičovna, žebřík a šatna
8:30-9:30	trénink off-ice I.	UMT hřiště - kognitivní trénink	9:00-10:00	trénink on-ice I.	Home Credit Arena - dovednosti (herní myšlení / reakce a rozhodování)
9:45-10:00	svačina	sušenka + ovoce	10:15-10:30	svačina	sušenka + ovoce
10:15-11:15	trénink on-ice I.	Home Credit Arena - dovednosti (herní myšlení / reakce a rozhodování)	10:30-11:30	trénink off-ice I.	UMT hřiště - kognitivní trénink
11:30-12:15	oběd	restaurace Coloseum	11:45-12:30	oběd	restaurace Coloseum
12:15-13:00	chill out zone	šatny a herna	12:30-13:15	chill out zone	šatny a herna
13:00-14:00	workshop osobní rozvoj	videomítnost - V. Fiala Virtuální realita	13:15-14:00	shooting zone	střelnice
14:30-15:30	trénink on-ice II.	Home Credit Arena - hra	14:15-15:15	trénink off-ice II.	tělocvična (hry) a Sense Arena
15:45-16:00	svačina	sušenka + ovoce	15:15-15:30	svačina	sušenka + ovoce
16:00-17:00	trénink off-ice II.	tělocvična (hry) a Sense Arena	16:00-17:00	trénink on-ice II.	Home Credit Arena - hra
17:00	ukončení dne	šatny	17:00	zakončení kempu	videomítnost - vyhlášení challenge of the weekend a ukončení kempu

2. víkend SKUPINA I - mladší 13. a 14. 5. 2023					
SOBOTA		POZNÁMKY	NEDĚLE		POZNÁMKY
7:30-8:00	sraz a registrace	recepce šatny BTL a SFM	7:30-8:00	sraz	šatna
8:00-8:15	úvodní meeting	videomítnost - téma a organizace dne	8:00-8:15	úvodní meeting	videomítnost - téma a organizace dne
8:15-8:45	warm up a příprava na TJ	rozcvičovna, žebřík a šatna	8:15-8:30	warm up a příprava na TJ	rozcvičovna, žebřík a šatna
9:00-10:00	trénink on-ice I.	Home Credit Arena - dovednosti (herní myšlení / reakce a rozhodování)	8:30-9:30	trénink off-ice I.	UMT hřiště - kognitivní trénink
10:15-10:30	svačina	sušenka + ovoce	9:45-10:00	svačina	sušenka + ovoce
10:30-11:30	trénink off-ice I.	UMT hřiště - kognitivní trénink	10:15-11:15	trénink on-ice I.	Home Credit Arena - dovednosti (herní myšlení / reakce a rozhodování)
11:45-12:30	oběd	restaurace Coloseum	11:30-12:15	oběd	restaurace Coloseum
12:30-13:15	chill out zone	šatny a herna	12:15-13:00	chill out zone	šatny a herna
13:15-14:00	shooting zone	střelnice	13:00-14:00	workshop osobní rozvoj	videomítnost - V. Fiala Virtuální realita
14:15-15:15	trénink off-ice II.	tělocvična (hry) a Sense Arena	14:30-15:30	trénink on-ice II.	Home Credit Arena - hra
15:15-15:30	svačina	sušenka + ovoce	15:45-16:00	svačina	sušenka + ovoce
16:00-17:00	trénink on-ice II.	Home Credit Arena - hra	16:00-17:00	trénink off-ice II.	tělocvična (hry) a Sense Arena
17:00	ukončení dne	šatny	17:00	zakončení kempu	videomítnost - vyhlášení challenge of the weekend a ukončení kempu

[KE STAŽENÍ ZDE](#)

Jídelníček



Sobota 13.5.

Polévka:

Brokolicový krém

Oběd:

Zapečené těstoviny se šunkou a sýrem

Neděle 14.5.

Polévka:

Kuřecí vývar s masem, zeleninou a nudlemi

Oběd:

Masová směs se zeleninou, rýže

TĚŠÍME SE NA VÁS!



BÍLÍ TYGŘI LIBEREC
AKADEMIE