

# SÚSTREDEŇIE ČIČMANY, 14.8.-18.8.2016.



V dňoch od 14.8.-18.8. sa naše obyvateľky zo zariadenia CSS TAU už po druhýkrát zúčastnili na sústreďení v bocii v Čičmanoch . Toto sústreďenie trvalo 4 dni...Zúčastnili sa naše šikovné hráčky Barborka Matejčíková, Romanka Záslovová a Ľubka Niklová. Spoločne s dvoma terapeutkami boli po celú dobu boli ubytované v penzióne Bystrík, v ktorom sa aj sústreďenie priamo konalo ,v telocvični.... Aby sa len nešportovalo , ale aj oddýchlo , relaxovalo všetkým bola dopriata masáž...





V prvý deň príchodu sme sa ubytovali, navečerali a neskôr nasledovala príprava kurtov na samostatné zápasy a samozrejme oboznámenie sa s celým priebehom sústredenia s našim trénerom. Druhý deň doobeda sme si zopakovali tréningy na presnosť, formou koliek. Poobede nás čakali modifikované zápasy jednotlivcov.

Vo večerných hodinách sme pre zmenu trénovali v družstvách- integrovaná boccia, kde sme obidva zápasy vyhrali. Predposledný deň sme mali doobeda voľno, trošku sme si oddýchli a poobede sme sa stretli znovu na kurtoch, v ďalších dvoch zápasoch, ktoré sa nám taktiež podarilo vyhrať. Záverečný štvrtý deň sme zahájili znovu tréningom na presnosť, formou políčok, do ktorých museli čo najpresnejšie trafiť loptičku. Víťazmi turnaja tímov v integrovanej bocii sa stali naše dievčatá v tíme Modrinky. Najlepšími hráčmi tréningovej časti sa stala Ľubka Niklová- 3 miesto a v modifikovaných zápasoch sa podarilo vyhrať Romanke Záslavovej. Toto podujatie bolo naozaj veľmi vydarené a už teraz sa tešíme na budúci ročník, keď sa znovu všetci stretneme 😊

