

POROČILO Z REPREZENTANČNIH PRIPRAV TENIS SLOVENIJA V KATEGORIJI DEČKI DO 14 LET

Datum priprav: **sobota 24.10.2020**

Kraj priprav:

Dvorana (tepih granulat) ŽTK Maribor

Vabljeni tekmovalci:

1	Švec	Žiga	ŽTKMB
2	Videnovič	Luka	TR-KR
3	Požonec	Marko	TK-CC
4	Bajželj	Miha	TKMED
5	Hribar	Matic	TK-CC
6	Mohar	Vid	GROSU
7	Sok	Nal	TC-LJ
8	Angeli	Paolo	ŠTKVE

Trenerja:

- Tomaž Berendijaš
- Marko Rak



TENIS
SLOVENIJA

**Gibaj,
mladina!**



Urnik priprav:

Zbor: sobota 24.10.2020 ob 10:30 ŽTK Maribor

10:30-11:00 Kondicijski trening, ogrevanje, atletska
abeceda, aktivacija

11:00-13:00

Teniški trening

13:30 Skupno kosilo

15:00-17:00 Teniški trening

17:00 Zaključek priprav

V uvodu smo na pripravah opravili splošno ogrevanje v obliki teka, gimnastičnih vaj in atletske abecede, nato pa še specifično ogrevanje z vajami za koordinacijo in aktivacijo. Na dopoldanskem treningu smo se posvetili treningu zanesljivosti iz osnovne črte, igre pri mreži v povezavi s preходом na mrežo in igri na točke brez servisa. Na popoldanskem treningu so se dečki pomerili v medsebojnih srečanjih dveh skupin posamezno in dvojice. Poudarek je bil na pravilnem postavljanju v igri dvojic ter taktični igri na tepih granulat podlagi v tekmah posamezno.

STROŠKI PRIPRAV

Skupni stroški enodnevnih priprav za osem igralcev znašajo 507 eur. Vse stroške priprav krije Tenis Slovenija. V evidenco vložka Tenis Slovenije za reprezentante bo zavedeno 63 eur na reprezentanta.

Razdelilnik stroškov za en dan priprav:

1. Igrišča 13 ur * 13 eur =	169 eur
2. Žoge: 21 žog =	30 eur
3. Kosilo: 10x (6eur kosilo)=	60 eur
4. Trenerja honorar: 2*100eur=	200 eur
5. Majice: 8x (6 eur majica)=	48 eur

SKUPAJ**507 eur**

ZAKLJUČEK

Namen priprav je bil združevanje najboljših slovenskih tekmovalcev v kategoriji do 14 let, medsebojno pomerjanje v igri posamezno ter skupna vadba dvojic kot priprava za prihajajoče reprezentančne nastope.

Namen priprav je bil dosežen.

Pohvalil bi vse prisotne tekmovalce na pripravah za prizadevnost in borbenost.

POROČILO Z REPREZENTANČNIH PRIPRAV TENIS SLOVENIJA V KATEGORIJI DEKLICE DO 14 LET

Datum priprav: **nedelja 25.10.2020**

Kraj priprav: **Dvorana (tepih granulat) ŽTK
Maribor**

Vabljene tekmovalke:

1	Mumlek	Lija	ŽTKMB
2	Bogatin	Julija	LUKAKP
3	Petelinšek	Pia	ŽTKMB
4	Flerin	Lara	TR-KR
5	Vnuk	Zala	TKTAL
6	Cikajlo	Eva	RADOM

Odsotni:

- Praček Ana Tara (poškodba)
- Kovačič Nala (poškodba)

Trenerja:

- Daniel Šantl
- Tomaž Berendijaš



Urnik priprav:

Zbor: nedelja 25.10.2020 ob 10:30 ŽTK Maribor

10:30-11:00 Kondicijski trening, ogrevanje, atletska
abeceda, aktivacija

11:00-13:00

Teniški trening

13:30 Skupno kosilo

15:00-17:00 Teniški trening

17:00 Zaključek priprav

Najprej smo na pripravah opravili splošno ogrevanje v obliki teka, gimnastičnih vaj in atletske abecede, nato pa še specifično ogrevanje z vajami za koordinacijo (lestvica) in aktivacijo. Na dopoldanskem treningu smo se posvetili treningu zanesljivosti iz osnovne črte, igre pri mreži v povezavi s prehodom na mrežo in igri na točke brez servisa.

Na popoldanskem treningu so se deklice pomerili v medsebojnih srečanjih posamezno vsaka s vsako. Poudarek popoldanskega treninga je bil taktična igra na tepih granulat podlagi v tekmah posamezno.

STROŠKI PRIPRAV

Skupni stroški enodnevnih priprav za šest igralk znašajo 483 eur. Vse stroške priprav krije Tenis Slovenija. V evidenco vložka Tenis Slovenije za reprezentantke bo zavedeno 80 eur na reprezentantko.

Razdelilnik stroškov za en dan priprav:

1. Igrišča 13 ur * 13 eur =	169 eur
2. Žoge: 21 žog =	30 eur
3. Kosilo: 8x (6eur kosilo)=	48 eur
4. Trenerja honorar: 2*100eur=	200 eur
5. Majice: 6x (6 eur majica)=	36 eur

SKUPAJ**483 eur**

ZAKLJUČEK

Namen priprav je bil združevanje najboljših slovenskih tekmovalk v kategoriji do 14 let, kot medsebojno tekmovalno primerjanje v tekmovalno prostem vikendu in priprava za prihajajoče reprezentančne nastope.

Namen priprav je bil dosežen.

Pohvalil bi vse prisotne tekmovalke na pripravah za prizadevnost in borbenost.

Maribor, 26.10.2020

Marko Por, kapetan mladinskih reprezentanc