



## Program kempu: 2. Termín – 6. 7. – 10. 7. 2026

### Pondelok: 6. 7. 2026

6:15 – Zraz v kabíne

**6:45 – 8:15 – 1. Tréning na ľADE**

8:30 – Zaplatenie kempu

**9:00 – 10:00 – 1. Suchý tréning – Telocvičňa / Ihrisko**

*10:15 – 11:15 – Prednáška: Systém ľadového hokeja vo Švédsku*

11:30 – 12:00 – Obed

**12:15 – 13:15 – 2. Suchý tréning – Telocvičňa / Ihrisko**

13:20 – Prezliecť sa na ľad

13:40 – Video-prezentácia tréningových prvkov, ktoré budeme vykonávať na ľade

**14:00 – 15:00 – 2. Tréning na ľADE**

Koniec 1. Dňa

### Utorok: 7. 7. 2026

6:15 – Zraz v kabíne

**6:45 – 8:15 – 1. Tréning na ľADE**

**8:30 – 9:45 – 1. Suchý tréning – Telocvičňa / Ihrisko**

*10:00 – 11:00 – Prednáška: Systém ľadového hokeja v Kanade*

11:15 – 11:45 – Obed

**12:00 – 13:15 – 2. Suchý tréning – Telocvičňa / Ihrisko**

13:20 – Prezliecť sa na ľad

13:40 – Video-prezentácia tréningových prvkov, ktoré budeme vykonávať na ľade

**14:00 – 15:00 – 2. Tréning na ľADE**

Koniec 2. Dňa

### Streda: 8. 7. 2026

6:15 – Zraz v kabíne

**6:45 – 8:15 – 1. Tréning na ľADE**

**8:30 – 9:45 – 1. Suchý tréning – Telocvičňa / Ihrisko**

*10:00 – 11:00 – Prednáška: Moderné prvky v ľadovom hokeji. / Význam a využitie video analýz jednotlivca v ľadovom hokeji*

11:15 – 11:45 – Obed

**12:00 – 13:15 – 2. Suchý tréning – Telocvičňa / Ihrisko**

13:20 – Prezliecť sa na ľad

13:40 – Video-prezentácia tréningových prvkov, ktoré budeme vykonávať na ľade

**14:00 – 15:00 – 2. Tréning na ľADE**

Koniec 3. Dňa



## **Štvrtok: 9. 7. 2026**

6:15 – Zraz v kabíne

**6:45 – 8:15 – 1. Tréning na ľADE**

**8:30 – 9:45 – 1. Suchý tréning – Telocvičňa / Ihrisko**

**10:00 – 11:00 – Prednáška: Hokejoví Agenti / Hokejový Kvíz**

11:15 – 11:45 – Obed

**12:00 – 13:15 – 2. Suchý tréning – Telocvičňa / Ihrisko**

13:20 – Prezliecť sa na ľad

13:40 – Video-prezentácia tréningových prvkov, ktoré budeme vykonávať na lade

**14:00 – 15:00 – 2. Tréning na ľADE**

Koniec 4. Dňa

## **Piatok: 10. 7. 2026**

6:15 – Zraz v kabíne

**6:45 – 8:15 – 1. Tréning na ľADE**

**8:30 – 9:45 – 1. Suchý tréning – Telocvičňa / Ihrisko**

**10:00 – 11:00 – Prednáška: Hokejoví Skauti / The “Marshmallow Tower” Challenge**

11:15 – 11:45 – Obed

**12:00 – 13:15 – 2. Suchý tréning – Telocvičňa / Ihrisko**

13:20 – Prezliecť sa na ľad

13:40 – Video-prezentácia tréningových prvkov, ktoré budeme vykonávať na lade

**14:00 – 15:00 – 2. Tréning na ľADE**

15:20 – Ukončenie kempu

Koniec 5. Dňa

## **Témy prednášok**

1. Téma: **Systém ľadového hokeja vo Švédsku.**
2. Téma: **Systém ľadového hokeja v Kanade.**
3. Téma: **Moderné prvky v ľadovom hokeji. / Význam a využitie video analýz jednotlivca v ľadovom hokeji.**
4. Téma: **Hokejoví Agenti / Hokejový Kvíz**
5. Téma: **Hokejoví Skauti / The “Marshmallow Tower” Challenge**