

Fazekas Péter edzőtábori beszámolója (<https://www.facebook.com/groups/108042099287811>)

Pénteken befejeződött a két hetes edzőtábor első hete. Nagyon szépen köszönöm, hogy szülinapom alkalmából ilyen sokan gondoltatok rám! Ettől függetlenül tegnap még egész nap voltak edzések. Ezért szülinap ide, vagy oda, ha munka van, akkor munka van. 😊)

Köszönöm szépen mindazoknak, akik eljöttek a táborba, bízom benne, hogy jól éreztétek magatokat, tudtatok fejlődni és pozitív élményekkel lettetek gazdagabbak.

Az edzőtáborba több városból is jöttek gyerekek, pl. Soltvadkertről, Kalocsáról, Ajkáról, Nagykőrösről, Vácról, Szentendréről, Veresegyházról, Abasárról és Budapestről is.

Az edzések alatt nagy hangsúlyt fektettünk a mozdulatok javítására, ezért nagyon sok gépezés, egyéni és soklabdás foglalkozás volt az edzőkkel, edzőpartnerekkel. A héten inkább az iskolázások és feladatok domináltak, persze szerdán kondinak és kikapcsolódásként a 4 óra pingpong után fociztunk egy órát a fiúkkal. Aki nem focizott, nekik soklabdás edzés volt. A hét második felében már több poénszerű feladatot csináltunk és játszottunk mérkőzéseket is.

Nagy népszerűségnek örvendett az egy poénos csapatverseny. Pénteken eljött hozzánk csapattársam [Dániel Kriston](#), aki délelőtt bekapcsolódott az edzőmunkába és edzett a gyerekekkel és a két edzés között játszott néhány szettet poénhátrányból a felnőttekkel, készülve az augusztus 26-i Ligák Kupája döntőre. 😊)

Nem mellesleg az ebédszünetben játszottunk Danival másfél órát (készülünk mi is az őszi szezonra), így a gyerekek megnézhatték, hogyan is edzünk. Jövő héten is lesz meglepetésvendégünk (szintén válogatott szintű játékos), aki be fog kapcsolódni az edzésbe.

Változatos és hatékony edzéseket szerettünk volna tartani, remélem sikerült az első héten és bízom benne, hogy hasonló lesz a folytatás hétfőtől a második héten is!

A kiváló fotókért nagy köszönet [Zsolt Garaminak!](#)





Videó részletek a július 25.-i programból: <https://www.youtube.com/watch?v=EEDjBankf6A&feature=youtu.be>