

TJ Sokol Bělá pod Bezdězem



# HÁZENÁ

# NÁBOR DĚTÍ

chlapci a dívky narozeni 2009 a mladší



každé úterý a čtvrtek v 16:30 hodin  
sportovní hala Bělá p.B.

[sokolbela.cz](http://sokolbela.cz)

## Co potřebuješ?

Na první trénink je potřeba sportovní oblečení, pohodlná sálová obuv a pití.

## Co musím umět?

Nikdo z trenérů nepředpokládá, že si perfektní házenkář. Stačí mít chuť se něco nového naučit a mít rád pohyb. Vše ostatní se u nás naučíš.

## Co od nás můžete čekat?

**Mnoho nových kamarádů a kamarádek.**

Preferujeme herní princip rozvoje dovedností, což znamená snahu o výuku dovedností pomocí různých her, herních cvičení a soutěží.

**Netlačíme na výsledky v mládežnických kategoriích**, víme, že při správném všestranném rozvoji výsledky přijdou.

Podporujeme osobnostní i sociální rozvoj každého dítěte, pomocí **teambuildingových aktivit**

**Dva tréninky v týdnu** pod vedením zkušených trenérů s potřebnou licenci

**Soutěžní turnaje i další sportovní akce, letní soustředění, výlety apod.**

## Proč handball (házená)?

### Čtyři v jednom

Házená je kombinací 4 sportů (atletiky, gymnastiky, úpolových sportů, míčových sportů).

### Vhodný pro všechny somatotypy

Hráč není limitován fyzickými parametry. Na některých postech je potřeba více rychlosti jinde více obratnosti, atd.

### Napínavá / elektrizující hra

O výsledek se v házené bojuje až do konce a na hřišti se neustále něco děje. Divák ani hráč se nikdy nenudí.

### Nejdynamičtější kolektivní míčový sport

Za utkání vidí divák průměrně 50 a více gólů. Velký rozdíl oproti jiným míčovým hrám.

### Týmové emoce

Hraní v týmu posiluje emoční prožitek jednotlivých hráčů. Dává jim možnost prožít jedinečnou emoční dimenzi, kterou v individuálních sportech nelze prožít.

### Zodpovědnost

Hráč nese odpovědnost nejen za svůj výkon, ale i výkon týmu. Hraní házené posiluje smysl pro týmovost a spolupráci v kolektivu.

### Rychlé rozhodování

Při řešení herních situací se hráč musí rozhodovat rychle, nesobecky a vždy ku prospěchu celého týmu.

## ÚČAST NA TRÉNINKU JE PRVNÍ PŮLROK ZDARMA.

**Neváhej a přijď mezi házenkáře.**

**TĚŠÍME SE NA TEBE!**

**Kontakt:**

733737353,724344578

sokolbela.cz

