

# Tréninkový cyklus A-týmu v nové sezóně

S pravidelným trénováním jsme začali 21. ledna. Pro někoho pozdě, ale stihli jsme 23 tréninků a soustředění, s čímž jsem spokojený. Tréninkový plán byl hodně o fotbalových věcech, síle a dynamice, kterou nám ukázal na prvním tréninku Lukáš Stránský. Viděl bych to v procentech na 50/25/25.

Zkusili jsme nácvič nového herního systému, který určitě použijeme v zápasech či fragmentech hry. Dvakrát týdně jsme chodili trénovat na malou umělou trávu v Březiněvsi a jedenkrát týdně na Střížkov. Bohužel kvalita střížkovské „umělky“ již nesplňuje prakticky žádné parametry a kluci jsou z toho dost omlácení. Velké hřiště s umělým povrchem v Březiněvsi by bylo pro trénování v zimním období opravdovou výhodou. Bohužel s nedostatkem kvalitních velkých hřišť pro zimní trénink se potýká většina klubů.

## ČTYŘDENNÍ ZIMNÍ SOUSTŘEDĚNÍ

Zimní soustředění proběhlo na Statku Bernard u Sokolova ve dnech 20. – 24. 2. 2019. Skvělé zázemí, strava a dostatečné tréninkové podmínky

s regenerací. Vyšlo nám i počasí, po většinu času bylo slunečno okolo deseti stupňů, takže se i lépe trénovalo.

## ZMĚNY V KÁDRU ÁČKA:

Opuštěl nás **Polanský, Tůma** a **Valtr**. Zdena Polanský přešel do béčka. Jarda Valtr přijal nabídku z Německa. Bude nám citelně chybět. Tůma s ohledem na pracovní vyžití požádal o půlroční přerušení.

## RÁD BYCH VÁM PŘEDSTAVIL NOVÉ POSILY TÝMU:

**Richard Bárta** – mladý, inteligentní a pracovitý kluk s velkým potenciálem. Do budoucna velmi zajímavý hráč. Potřebuje se rozehrát a dostat do podvědomí některé fotbalové terminologie, poté bude klepat na dveře základní jedenáctky.

**Miroslav Eichler** – Mirek se tu již mihнул v létě, ale poté zase odešel zpět do Slivence. Nyní je na něm, aby nás přesvědčil, nejen svými výkony, že s námi chce hrát. Je to hráč s velkým potenciálem a věřím, že když bude chtít a zabere, tak se výrazně posune.

**Petr Patrman** – rychlý, dynamický hráč, který prošel fotbalem ve Slovanu Liberec. Přivedl ho Tomáš Cejnar na doporučení. Velice zajímavý hráč, ale nevyužívá svůj potenciál na maximum. Jde ale o dobrého kluka do kabiny, takže věřím, že se časem sžije s prostředím a bude lepší a lepší. Má na to, aby byl rozdílovým hráčem do ofenzivy!

**František Hofman** – mladý, vysoký stoper. Takového jsem potřebovali a na jaře bude dostávat dostatek prostoru, aby přesvědčil vedení, aby tady v létě zůstal. Charakterově skvělý kluk, který bude makat pro Břízku.

**Patrik Jíra** – mladý, vysoký stoper, perfektní kluk. Nehrál dva roky fotbal, ale jelikož bydlí v Bášti a trénuje děti Slavie, tak u nás určitě zůstane. Určitě pomůže v některých zápasech béčka a při pravidelném tréninkovém procesu má jistě i na A-tým.

**Andrei Yuzepchuk** – zajímavý hráč z béčka. Kluk, který má před sebou spoustu taktické a tréninkové práce. V letošním roce bude moct přesvědčit, že má své místo v týmu. Je to jen na něm.

*Dominik Rodinger  
trenér*

## B-tým

Březiněves B začal zimní přípravu velmi brzy, a to v prvním týdnu měsíce ledna. Béčko má tréninky dvakrát týdně a využívá tak skvělého zázemí, které v Březiněvsi máme. Úterní tréninky béčka probíhají v tělocvičně v budově TJ Březiněves, kde mají kluci kruhový trénink zakončený saunou. Druhý trénink v týdnu jsme venku na UMT ve spodní části sportovního areálu Březiněves. V lednu jsme se hráli přátelské utkání s SK Dáblčicemi B na jejich hřišti. Přes velmi vyrovnaný poločas jsme prohráli

4:1. Další přátelské utkání jsme odehráli v březnu s TJ Praga C, kteří hrají stejnou soutěž jen jinou



skupinu a ve své tabulce se nacházejí uprostřed. Celý zápas jsme měli jasnou převahu a ještě v 80. minutě jsme vedli 3:1. Bohužel dvěma smolnými góly v závěru zápasu jsme skóre zápasu uzavřeli remízou 3:3. Během zimy jsme ještě nastavili užší spolupráci s A týmem o větší prolínání hráčů A týmu a B týmu. Věřím, že díky tomu a podpoře A týmu, kterou máme, se v jarní části sezóny odrazíme ze dna tabulky a výsledky B týmu budou mnohem lepší.

*Ondřej Nepraš  
trenér*

## Gentlemanů

A máme tu jaro. Tým Gentlemanů má za sebou úspěšnou zimní přípravu. V zimním období, včetně pondělního kruhového tréninku, jsme se pravidelně setkávali na hřišti ve velmi slušném počtu 10-14 hráčů, někdy s doplněním Béčka. V lednu se byl tým soustředit na horách, kde nabíral fyzickou kondici a týmového ducha. Počasí se zadařilo, sněhu bylo spousta. Soudě podle výkonů na běžkách čeká Gentlemany nejlepší sezóna v jejich bohaté historii, která začíná v dubnu prvními soutěžními zápasy. Jarní sezóna bude proložena začátkem května přátelským zápasem s výběrem řeckých gentlemanů. Kouč týmu to pojal jako odvetu za Euro 2004. Na závěr jarní sezóny je naplánováno soustředění v Chorvatsku, kde je domluvený přátelský zápas s domácím týmem.

*Radek Fiala, trenér; Jan Šebek, vedoucí týmu*





## Starší žáci

Zimní příprava na jarní část sezóny byla poměrně náročná. Vedle pravidelných tréninkových dávek bylo odehráno i poměrně dost přátelských zápasů. Při těchto zápasech byli pravidelně nasazováni všichni naši hráči ze soupisky. Po-



těšující fakt celé zimní přípravy byla velká účast hráčů na trénincích. Až na týdny jarních prázdnin chodilo pravidelně 14 - 16 hráčů na trénink. Na závěr přípravy nás čeká ještě turnaj v Ďáblicích, kde se ukáže, jak na tom po zimě jsme. Všichni se již těšíme na přechod na travnatou plochu a na vstup do jarní části. Na některých

je vidět i drobná nervozita, která jistě s prvními minutami mistrovských utkání zmizí. Všem našim hráčům děkujeme za nasazení během zimní přípravy a pevně doufáme že chuť k fotbalu přenesou i do nadcházejících měsíců.

*Josef Douděra, Miroslav Frank a Petr Petrášek  
trenéři*

## Mladší žáci



Zimní příprava se nám pomalu chýlí ke konci. V rámci ní jsme odehráli zápasy zimního turnaje na hřišti Loko Vltavín. Herně i výsledkově jsme určitě nepropadli, nicméně nám některá utkání ukázala, kde máme rezervy ke zlepšení. Tréninky přizpůsobujeme nejen počasí, ale i bližícímu se začátku jarní sezóny, na kterou se již všichni těšíme.

*Martin Janyš, Ondřej Adamik a Michal Skála  
trenéři*

## Starší příprava 2008

V zimě jsme chtěli kromě tréninků zachovat i zápasové tempo a účastnili jsme se Zimní ligy Loko Vltavín, kde bylo 8 týmů. Po základní části, kde hrál každý s každým, se tabulka rozdělila na dvě skupiny. První polovina hrála o vítězství, druhá o 5.-8. místo. Nám se podařilo probojovat do horní části tabulky, nakonec jsme obsadili celkové 4. místo. S potěšením musíme konstatovat, že výkony po Novém roce, se nám líbily mnohem více než na podzim. Výsledkově jsme v únoru a březnu také odehráli mnohem vyrovnanější zápasy. Do-



kázali jsme potrápít všechny týmy a porážky byly těsné. Důležité pro nás také bylo, že si během zimy zahráli úplně všichni. Máme celkem 12 hráčů a vzhledem k nemocem či prázdninám hráli vždy

všichni, kdo byli k dispozici. Po skončení Zimní ligy a před začátkem jarní části soutěže jsme si domluvili dvě přátelské utkání s Čakovicemi a Klíčky, a na sobotu 16.3. jsme dostali pozvánku na výborně obsazený turnaj do Ďáblic, který se hraje systémem 7+1, takže si zkusíme, co nás čeká příští rok v žácích. Kromě zápasů a tréninků plánujeme pro kluky na jaře návštěvu utkání první ligy na Slavii.

*Jan Mital, Jan Rosekranz a Tomáš Korejš  
trenéři*

## Starší příprava 2009

Pro zpestření zimních tréninků na umělce byla starší příprava 2009 zapojena do Zimní ligy Sokola Kolovraty. Kluci se potkali celkem se sedmi týmy. Téměř každou sobotu od ledna do začátku března trávili na hřišti v Kolovratech. Naši borci statečně bojovali za každého počasí – zažili mrazivo jako na horách, zimní slunce, které ocenili hlavně rodiče a diváci, i pravou chumelenici. Úroveň jednotlivých týmů byla odlišná. S některými jsme vyhráli na celé čáře, od jiných jsme naopak dostali pěknou „nakládačku“. Kvalita a herní schopnosti mužstev byly hodně ovlivněny věkovým složením. Pokud bylo téměř celé mužstvo tvořeno kluky 2008, bylo to na jejich hře znát a naši borci jakoby se soupeře zalekli. Jindy se ale klukům podařily herní kombinace, za které by se nemuselo stydět ani březiněveské Áčko. Poslední zápas jsme odehráli v sobotu 9.3. a skončili jsme na konečném 5. místě. Rádi

bychom ocenili i organizaci celého turnaje, především upravenost hřiště, kvalitu a výkony rozhodčích, v neposlední řadě i skvělé zázemí – od teplého čaje pro kluky v šatnách až po hospůdku s praskajícím krbem, výbornými polévkami a milým personálem.

*Miloš Vilímek, trenér  
Jan Šebek, asistent*



## MINI 2012/13

Po Vánocích jsme se v druhé polovině zimní přípravy v jednom z tréninků zaměřili na gymnastické cvičení (hradza, trampolína, žebříny, švédská bedna a další). Druhý trénink v týdnu se věnujeme míčovým hrám jako je vybíjená, házená, florbal a samozřejmě nezapomínáme i na fotbal.



V Mělníku jsme se zúčastnili 5halových turnajů Zimního triangu, kde jsme odehráli několik desítek zápasů proti Březiněvsi 2011, Neratovicím 2011, Bašti 2011/12 a Bohemians Střížkovu 2012. Z naší kategorie se vystřídali 2/3 hráčů a někteří z nich prožili své první zápasové zkušenosti. Nakonec zimní přípravy a rozloučení s tělocvičnou připravujeme ukázkový trénink pro rodiče, kde se chceme pochlubit, co všechno jsme se naučili.

*Pavel Černý, trenér*



## Mladší přípravka 2010/11

Mladší přípravka během zimního období opravdu nezahálela a k zimní přípravě přistoupila velice zod-



povědně. Tréninkový proces zahrnoval kromě fotbalové přípravy na umělé trávě i hodinu gymnastiky týdně, kdy zejména začátky byly pro mnohé velice náročné, a daly klukům dost zabrat. Na odlehčení proto byl doplněn tréninkový cyklus o jiné sporty, především florbal si v tělocvičně získal velkou oblibu. Co se týče zápasové přípravy, tato kategorie měla dost nabitý program a nebylo přes zimu víkendů, kdy by se nehrál nějaký zápas. Do konce v převážně většině hned dva za víkend. Paralelně jsme hráli dvě zimní ligy, a to na Vltavínu a Ovčíně.

Zároveň jsme se zúčastnili nového projektu „Zimní trianpl“ na Mělníku, kde jsme ve spolupráci s dalšími kluby odehráli turnajovým způsobem spoustu zápasů v přátelském duchu. Naopak zimní ligy byly zaměřeny na přímou konfrontaci s kvalitními týmy. S čistým svědomím tedy po zimní přestávce můžeme naskočit do třech rozehraných soutěží. V plánu na jaro je i květnové víkendové soustředění ve Vrchlabí a sezónu zakončíme 16.6. domácím, tradičním turnajem (Memoriál Bohumila Hejny).

Jan Šimek, Tomáš Melichar,  
Tomáš Král a Vitězslav Pánský  
trenéři

## A-tým

**16. kolo 1. A třídy skupina A FK Újezd nad Lesy 3:0 (0:0) TJ Březiněves**

**Sestava:** Píša - Hromas, Střecha, Macháček, Trnka - Allram (68.min Bárta), Cejnar, Fiala - Hlavík (62. min Patman), Benda (62.min Eremiáš), Eichler

**Branky:** 51. min a 80. min Šedivý, 61. min Přihoda červená karta: 20. min Trnka (Březiněves). Diváků: 50.

Zápas rozhodla disciplinovanost a produktivita. Rozhodčí od začátku až moc pustil hru na obě strany a myslím, že se mu to začalo vymykat z rukou. Musel už z jednoho nebo druhého týmu vyřadit, bohužel nás.

Ve 20. min jsme dostali červenou kartu, která z mého pohledu byla jasná. Ale mrzí mě, že ten stejný zákrok na našeho Eichlera asi 5. min předtím nebyl potrestán stejně. Ale i tak jsme měli první poločas stejně jako soupeř dvě čisté gólové šance, kdy hlavně Mára Benda běžel úplně sám z půlky hřiště a nedokázal prostřelit zkušeně chytajícího Jardu Blažka.

Druhý poločas jsme změnili rozestavení a chtěli hrozit z brejků. Zkušený soupeř si počkal na jednu ze svých největších zbraní a dvakrát udeřil z rohového kopu. Po druhém gólu jsem už bohužel z kluků necítil, že věří ve srovnání, nebo otočení zápasu.

Soupeř vyhrál zaslouženě díky druhému poločasu a je mu potřeba poblahopřát k vítězství.

Co se týče mého vykázaní z lavičky ve 45. min, tak jsem byl zaskočen. Ano, udělal jsem chybu, že jsem chtěl zdržovat a odkopl míč mimo dosah hostujícího hráče, který chtěl míč podat, ale být za to vykázan bez předchozího napomenutí

mi přijde dost přitažen za vlasy. Věděl jsem, že je konec poločasu a potřebujeme ho dohrát bez inkasované branky, a tak jsem chtěl hru zpomalit. Ale nic to nemění na tom, že mám jít příkladem

a toto si nesmím příště dovolit, takže jak klukům, tak lidem z Břizky se za to omlouvám.

Dominik Rodinger  
trenér



## A tým TJ Březiněves | Tabulka I.A třída | skupina A - Praha

	Mužstvo	Z	V	R	P	S	B
1.	Sokol Kolovraty	16	13	3	0	81:14	42
2.	FK Újezd nad Lesy	16	13	1	2	59:8	40
3.	SK Ďáblice	16	10	3	3	55:19	33
4.	TJ Březiněves	16	9	2	5	55:32	29
5.	TJ Sokol Troja	16	8	3	5	51:39	27
6.	SK Viktoria Štěrboholy	16	7	5	4	26:21	26
7.	FC Tempo Praha B	16	7	4	5	34:44	25
8.	FC Háje Jižní Město	16	7	3	6	33:41	24
9.	Slovan Kunratice	16	6	3	7	47:37	21
10.	TJ Kyje	16	6	3	7	27:32	21
11.	Spartak Hrdlořezy	16	5	3	8	23:46	18
12.	SC Xaverov Horní Počernice	16	4	2	10	16:38	14
13.	SK Praga Praha	16	3	4	9	17:39	13
14.	FC Čechie Uhřetěves	16	3	3	10	13:47	12
15.	FK Union Strašnice	16	3	2	11	21:63	11
16.	Slovan Bohnice	16	1	2	13	20:58	5

Děkujeme všem partnerům, přispěvatelům a sponzorům za finanční i nefinanční příspěvky pro chod TJ Březiněves.



