

Hokejisté Vítkovic začali letní přípravu

Moravskoslezsky.denik.cz, 14.5.2018

První trénink v přípravě na novou extraligovou sezonu absolvovali v pondělí hokejisté Vítkovic. Celkem osmadvacet hráčů se sešlo, aby v prvním týdnu absolvovala výkonnostní a zdravotní testy. Po nich bude následovat tvrdá letní dřina.

Z aktuální soupisky chyběla jen čerstvá posila, švédský obránce Erik de la Rose, který se připravuje individuálně ve Skandinávii a k týmu se připojí v průběhu letního drilu.

„První trénink byl jen takovým úvodem, při kterém jsme s hráči seznámili s tím, co nás čeká. V příštích dvou dnech to budou především testy na Ostravské univerzitě, na katedře tělesné výchovy a sportu. Klasické tréninky začnou od čtvrtku,“ řekl klubovému webu kondiční trenér Igor Horyl.

Na rozdíl od de la Rose na srazu nechyběla druhá z posil – útočník Jan Schleiss, který přišel do Vítkovic z Plzně. „Zhruba sedmdesát pět procent hráčů bude trénovat společně v týmu, zbylí mají po domluvě s trenéry nastaven individuální plán, ale samozřejmě budou v pravidelném kontaktu s námi a vše budeme vzájemně konzultovat,“ dodal Horyl.

Na přípravu se už těšil i útočník Rastislav Dej. „Volna bylo dost, času k oddechu bylo dostatek. Tím, že nás čekají testy, nebyl ten první trénink až tolik na krev, ale i tak jsme se dost zapotili, nějaká ta svalovice možná bude,“ uvedl Dej.

Zdroj:

https://moravskoslezsky.denik.cz/hokej_region/hokejiste-vitkovic-zacali-letni-pripravu-20180514.html