



SPORTOVNÍ KLUB ŽIŽKOV PRAHA

ODDÍL KETTLEBELL SPORT

kettlebell@skzizkov.cz

KETTLEBELL SPORT - SK ŽIŽKOV PRAHA

KETTLEBELL SPORT – JERK – SNATCH – LONG CYCLE – BIATHLON – CHAIR PRESS - MARATON - KETTLEBELL JUGGLING



Zpráva o činnosti oddílu Kettlebell Sportu za rok 2018

V červnu 2018 byl po schválení Valnou hromadou SK oficiálně založen oddíl Kettlebell Sportu pod SK Žižkov Praha z.s. Oddíl KBS se po domluvě se zástupci tenisu a s výkonným výborem SK usídlil v areálu Primaska v Praze 10, kde má KBS k dispozici tělocvičnu se zázemím.

Byli zvoleni členi vedení KBS – předseda oddílu KBS je Michal Kindl a hospodář oddílu KBS je Jaroslav Doležal. Hlavním trenérem oddílu KBS je Jiří Drcmánek.

Od července 2018 začaly pravidelné a soukromé tréninky KBS a sobotní kruhové tréninky s kettlebely. V půlce července, proběhl první seminář a soutěž v Kettlebell Sportu – v soutěžním disciplíně JERK na 5min. (obouruč), soutěže se zúčastnili dva členi nového oddílu – Jaroslav Doležal a Michal Kindl – vítězem byl Jaroslav Doležal. Do konce roku proběhly další dva semináře KBS disciplín SNATCH a JERK.

Kettlebell Sport je prezentován ve skupině na facebooku, kde se pravidelně přidávají příspěvky (foto, video) o aktivitách v oddílu.

První „rok“ KBS oddílu lze považovat za startovací etapu, kdy jsme se seznamovali s chodem sportovní klubu, oddílovými povinnostmi a náležitostmi, s areálem Primaska a nastavovali chod tělocvičny. Dále jsme stabilizovali novou členskou základnu, seznamovali je s chodem oddílu, plánovanými akcemi a vytvářeli pro členy dobré podmínky. Spolupracovali jsme s oddílem ledního hokeje, pro které jsme odvedli celou letní přípravu pro sezónu 2018/2019.

V roce 2019 plánuje oddíl KBS výstavbu nových webových stránek k prezentaci KBS oddílu, dále plánujeme nábor členů a dětí do oddílu. V průběhu roku plánujeme oddílové soutěže v KBS. Po domluvě s předsedou LH opět plánujeme spolupracovat s oddílem ledního hokeje a odvést letní přípravu hokejistů pro nastávající hokejovou sezónu. Cílem je také zkvalitnění zázemí pro členy, co se cvičebního náčiní týká.

Michal Kindl

předseda oddílu Kettlebell Sportu

SK ŽIŽKOV PRAHA z.s.

Pitterova 2878/5

130 00 Praha 3

IČ: 15268179

www.skzizkov.cz

TENIS
KUŽELKY
KANOISTIKA
LEDNÍ HOKEJ
KETTLEBELL SPORT