

Basketbalový klub s najbohatšou históriou ženského kolektívneho športu v Rožňave

Ponúkame

Kvalitný tréningový proces

Pravidelný tréning

Tím kvalifikovaných trénerov

Kvalitné tréningové náradie a pomôcky

Doplňkové tréningové činnosti

Mentálny koučing

Letné sústredenie

Prípravka

ročníky narodenia : 2016 – 2011

Tréner : Maria Buzinkayová

Mladšie žiačka a žiačky

ročníky narodenia : 2010-2008

Tréner: Miroslav Mandelík

Kadetky, juniorky , mladé ženy

Ročníky narodenia : 2007 -

Tréneri: Róbert Suchý, Maroš Mišenda,
Martina Molnárová

- získanie *všestranného pohybového základu* a osvojeniu si základov techniky, hry a taktiky basketbalu
- všeobecná fyzická a kondičná príprava (rýchlosť, sila, výbušnosť, agilita a vytrvalosť)
- osvojenie si *herných činností jednotlivca*
- *Individuálne basketbalové zručnosti jednotlivca* (ballhandling, strelba, prihrávky, uvoľnenie)
- *Mentálna príprava* – vedenie k zodpovednosti, samostatnosti a bojovnosti
- Rozvoj *tímového ducha a zmysel pre fair-play*

Súťaže

Regionálne súťaže – minibasketbalová liga

Celoslovenské súťaže – pod hlavičkou Slovenskej basketbalovej asociácie

Turnaje s medzinárodnou účasťou

Basketbalové kempy a sústredenie

Reprezentatívne zrazy a turnaje



Naše hráčky sa pravidelne od najmenších kategórií zúčastňujú regionálnych a celoslovenských súťaží. Majú možnosť si na palubovkách po celom Slovensku zmerať sily so svojimi rovesníčkami. Dosiagnuté výsledky v najvyšších celoslovenských súťažiach predurčujú, že viaceré naše hráčky sa dostávajú do výberu reprezentácii v svojich kategóriách a tým sa zaradzujú medzi najlepšie hráčky Slovenska

Raz jeden rodič povedal

....Neplatím za šport. Platím za príležitosti, ktoré mojim deťom šport dáva, aby rozvíjali svoje vlastnosti, ktoré sa im budú hodiť po zvyšok života... A som si istý, že je to skvelá investícia!

Budeme radi ak sa stanete aj vy súčasťou našej veľkej basketbalovej rodiny a my budeme s radosťou a nadšením vychovávať ďalšiu generáciu skvelých hráčok







