

ROČENKA
Rugby Club LIONS RUMBURK
„Lvíčata“



2019 – 2020

ÚVOD

18.10.2013 vznik společnosti Alba o.s. – sdružení přátel rugby v Rumburku

19.3.2014 Změna názvu na Rugby Club Lions z.s.

Rugby Club Lions Rumburk z.s.

U Potoka 233/23

408 01 Rumburk

IČ: 022 38 756

Prezident klubu: Zdeněk Zatloukal

Sekretář klubu: Petr Mark

Historie

Od roku 2013 byl hlavní trenérem Rugby Clubu Zdeněk Zatloukal (bývalý reprezentant a prvoligový hráč Havířova a hráč Old Boys Praha).

Trénoval současně mládež a muže (kteří hráli 7's rugby). V tomto smíšeném týmu bylo průměrně 25 hráčů průměrného věku 20 let.

Od září roku 2016 započal Petr Mark s tréninkem „Lvíčat“, kdy se mládež odtrhla od mužského týmu.

Od září roku 2017 trénuje „Lvíčata“ Petr Mark, Laura Šicová

Od září roku 2018 trénuje „Lvíčata“ Petr Mark, Laura Šicová, Lenka Punčochářová, Ladislav Matěj „Kozel“.

Od září roku 2019 trénuje „Lvíčata“ Petr Mark, Lenka Punčochářová.
(v záloze trenér Laura Šicová a Josef Těšík)

Podzim 2019

Zahájení rugby sezóny. Tuto sezónu jsme začali trochu zhurta a přísněji. Tréninky jsme rozdělili na trénink rugby, rugby hry, rugby dovednosti a taktika v trvání 90 minut na místo původních 60 minut. Druhý den tréninku jsme zaměřili na fyzickou výkonnost, kdy využijeme externích trenérů daných sportů jako je joga, spinning, trx, kruhový trénink, hiit, atletika apod.

Některá Lvíčata se nám bohužel po prázdninách na rugby již nepřihlásila a tak naše základna U12 trochu klesla. Ale rozšířila se základna U8.

Na začátku sezony máme v U8 4 Lvíčata, v U12 11 Lvíček a v U14 1 Lvíček.

8.9. 1RT U12 Kralupy nad Vltavou

Ještě jsme se nestihli sehrát, potrénovali a hned jsme v prvním týdnu nastoupili na 1. turnaj v rugby U12. Bylo to náročné. Spousta dětí během prázdnin na tréninky nechodila, leccos zapomněla a sehrát se s ostatními členy byl problém. Měli jsme nakonec výpomoc i z dalších týmů, jelikož jsme měli jedno zranění kotníku, jedny respirační potíže aj. Děti byly značně unavené, jelikož hrají 20 min bez střídání a 3 zápasy.



8.9. 1RT Říčany U8

Nesmíme zapomínat na naší nejmenší svěřenkyňu JMí, která hraje za RC Sparta. Stala se z ní moc šikovná rugbista a od příštího zápasu již hraje ve Spartě v nejvyšší výkonnostní skupině A.



10.9.2019

Jelikož na podzim 2019 se uskuteční MS Rugby v Japonsku, rozhodla se Rugby Unie natočit televizní medajlonky všech rugby klubů v republice, které budou odvysílány v mezičase zápasu na ČT Sport. Tak se stalo, že i náš klub natočil svůj medajlonek a to v Jablonci nad Nisou. Dál jej můžeme využívat k prezentaci klubu.

15.9. 2RT U12 Rumburk

Podařilo se nám uskutečnit další turnaj U12 v Rumburku. Tentokrát byl turnaj rozdělen do třech výkonnostních skupin a počet přihlášených týmů nebyl limitován.

Podpořit nás přijel RA Olymp, RC Říčany, RC Kralupy n.Vltavou, RC Tatra Smíchov, RC Praga, RC Babice, RC Iuridica, RC Sparta, RC Griffins Jablonec n.N., RC Petrovice, RC Přelouč a samozřejmě domácí RC Lions Rumburk. Některé kluby postavily i dva týmy a jeden byl smíšený Barbarians. Turnaj proběhl bez sebemenších problémů, vyskytlo se několik málo drobných zranění a všechny týmy byly spokojené.

Pro Lvíčata a jejich velký den byl připraven ručně háčkovaný maskot lva, který pro ně vytvořila jedna z babiček Lvíčat.



13.10.2019 RT U12 Sparta Praha

Počasí přálo a my se rozjeli na další, možná poslední venkovní, turnaj do Prahy. Několik Lvíčat jsme museli nechat za trest doma a tak nás jelo jen 5. Jelikož hráčů Slávie bylo rovněž 5 a Luridica měla 2 naprosté nováčky ve skupině C, přidali se k nám a postavili jsme celý tým i se střídáním. Hráli jsme proti RC Petrovice, zde jsme utrhli prohru, RA Olymp s remízou a RC Babice s výhrou. Lvíčata začínají poslouchat a vnímat rady, ale bude ještě spousta práce.



16.10.2019 Trénink maminek

V rámci tréninku Lvíčat svolala trenérka Laura Šicová všechny maminky, ženy a dívky, které by si rády vyzkoušely nevěšdní sport a sport svých dětí. Sešlo se úctyhodné až překvapivé množství. Všechny maminky se náramně bavily a nakonec si zahrály proti Lvíčatům. Vypadá to na větší zájem a tak zřejmě toto nebyl poslední trénink.



3.11.2019 RT U12 Tatra Smíchov Praha

Poslední venkovní turnaj se odehrál na Tatře v Praze. Opět jsme Lvíčata nechali ve výkonnostní skupině C. Hráli 4 zápasy s týmy Trpaslík (Ammor), Tatra, Olymp a Havlíčkův Brod. Dvě výhry a dvě prohry. Jejich styl hry se výrazně zlepšil, což je hlavní a trenéři měli velkou radost.



8.-10.11 2019 Kemp AMMOR Kralupy nad Vltavou

Náš první víkendový rugby kemp. Přihlásilo se celkem 7 dětí z kategorie U12. Hned po příjezdu se Lvíčata převlékla a dvě hodiny pod vedením Karla Ševčíka makala. Učila se pracovat s prostorem a míčem, aby využívala celé hřiště. Naše Lvíčata ihned získala od Karla přezdívky ☺. Po večeři jsme se přesunuli do tělocvičny, kde jsme měli nocleh. Byli s námi hráči a trenéři RC Iuridica.

Druhý den bylo sychravo, deštivo, ale rugbyisté se nevzdávali. Opět se pracovalo s prostorem, práce s míčem, vyhýbání kontaktu, přihrávky. Po obědě jsme dali odpočinek v tělocvičně a na večeři jsme se vydali do města.

V neděli už čekal na rugbyisty mini turnaj, přijeli hráči i z dalších týmů. Nehodnotilo se vítězství, ale kolikrát se přihrálo, jak hráči kontrolovali prostor, vyhledávali prázdná místa, celkovou hru. Tento kemp se velice vydařil. Získali jsme nové zkušenosti a spoustu kamarádů. Někteří jsme se vryli do paměti hodně hluboko ☺



16.11.2019 Zbuzany U8 a U12

Na halové turnaje ve Zbuzanech se Lvíčata vždycky moc těší.

U8

Naše svěřenkyně JMí Těšíková, která hraje za momentálně za Spartu si zahrála ve výkonnostní skupině C a B. Celkem odehrála 7 zápasů a zlepšila se především ve skládkách. Položila si i pětky ☺

U12

Tato kategorie je v našem týmu nejvíce zastoupená a tak jsme postavili 2 týmy. Bohužel nemoc skolila některé hráče a tak jsme byli nuceni si jednoho vypůjčit. Naší posilou se stal Matyáš z RA Olymp. Naše týmy nastoupily hned na začátku a to co předváděly jsme ještě neviděly. Naprosto úžasná souhra, taktika, žádný chaos. Byli jsme jako trenéři na ně velice pyšní. Z celkem 10 zápasů vyhráli 8, 1 remíza a 1 prohru. Příští turnaj budou hrát již ve výkonnostní skupině B.



30.11.2019 Zbuzany

U8

Poprvé se podařilo sestavit tým rumburských Lvíčat do této kategorie. I když jsme měli pouze 4 a jednoho hráče jsme si půjčili ze Sparty, naše Lvíčata by to zvládla i ve čtyřech. Jelikož to byl jejich první zápas, byli zapsáni do skupiny C. Všechny pět zápasů vyhráli s naprostým přehledem a tak následující zápas již půjdou rovnou do skupiny B. Jsme velice hrdí.



U12

Opět dva týmy ale tentokrát ve skupině B. Lvíčata byla velice ovlivněna tím, že už jsou ve vyšší výkonnostní skupině a byla nervózní. Bohužel se jim nepodařilo vyhrát ani jeden zápas. Rvali se s psychikou a zkušenějšími hráči. Ale kdysi se takto rvali i ve skupině C a dostali se do B. Věříme jim, že se brzy otrkají, budou poslouchat trenéry, jelikož musí změnit taktiku hry a budou opět vyhrávat.



4.12. Mikuláš

Jelikož byl Mikuláš, trénink byl zaměřený spíše na hry a v závěru přišel i Mikuláš a anděl ☺ Lvíčata zazpívala, řekla básničku a odnesla si malou drobnost.

Zima 2019

Do konce roku nás již nečeká žádný turnaj, jen několik málo tréninků.

11.12.2019 Vánoční bowling

Během turnaje v Rumburku, který se uskutečnil v září, byly vybrány finance z prodeje rautu, který připravili rodiče. Dohodli jsme se, že peníze použijeme na akci dětí, setkání rodičů, trenérů. Proto jsme uspořádali bowling. Zahrály si všechny děti, nakonec i rodiče, objednala se pizza, nealko pití a všichni se náramně bavili. Bylo úžasné sledovat týmovost dětí, žádné hádky a na druhou stranu poznat i rodiče jinak, víc, než jen kdy přivedou děti na trénink. Byl to velice příjemný podvečer.



13.12.2019 Návštěva Daniela Beneše

Po dlouhém plánování to konečně vyšlo. Náš trénink obohatila návštěva bývalého trenéra mužské a ženské reprezentace Dukla Praha a v současné době manažera rozvoje CSRU Daniela Beneše.

Celý trénink byl pod taktovkou Dana. Spousta her, soutěží a 90min uteklo jako voda. Děti byly nadšené a trénink se jim velice líbil. Trenéři si odnesly zase další motivaci k tréninkům.

18.1.2020 Dívčí turnaj U10-U14 Olymp Praha

Rugby akademie Olymp Praha uspořádala úplně první turnaj pouze pro dívky pro kategorie U10-U14. Zúčastnilo se, i přes nepřízeň počasí, okolo 50 dívek. Naše Lvice nechyběly. Dívky většinou byly různě proházené, aby nehrály vyloženě za svůj tým. Holčám to šlo úplně skvěle, rvaly se, byly spokojené. Kdyby mohly, hrály by dodnes 😊



25.1.2020 Zbuzany U8 a U12

Oblíbené Zbuzany i v novém roce. Naše Lvíčata U8 (opět kategorie B) se na turnaje těší čím dál více. Ohromně je to baví. Samozřejmě, že výhry jim dodávají mnohem větší nadšení a chuť do hry. Prohra jim trochu uklidní emoce, ale rychle se oklepou a jdou znovu na věc s plným nadšením.

Naše U12 mají problém. Nechodili na tréninky, nemají odchozený povinný počet a tak se nemohou účastnit turnajů. Dalším důvodem jsou častá nachlazení v tomto období. Proto jsme schopni postavit již jen jeden tým se střídáním. Tentokrát jsme je zařadili opět do kategorie C. Ale hrají skvěle, opravdu je to už úplně jiná hra. 😊 Máme radost.

U8



U12



8.2.2020 Zbuzany

Tentokrát jelo o jedno Lvíče U8 méně a tak jsme nepřihlásili tým. Ale Lvíčata si zahrála za Spartu a Sedlčany ☺ A vůbec jim to nevadilo. Rvali se a dali do toho vše.

U12 nastoupili až okolo 18.h, což je opravdu příšerný čas. Odjížděli jsme se uzavíráním bran stadionu. Lvíčata hrála neuvěřitelně. Dali do zápasů opravdu vše, i ten poslední s Havlíčkovým Brodem nevzdávala, i když to byl pro ně opravdu silný soupeř. Rozhodně by si zasloužili návštěvu mekáče. Bohužel pozdní noční hodiny to nedovolovaly a tak 100% příště.

U8



U12



15.2.2020 Dívčí turnaj

Opět jsme byli pozváni na ryze dívčí turnaj pořádaný RA Olymp Praha. Tentokrát se zúčastnilo minimum dívek. Organizátoři ale pohotově vše vyřešili, postavili vícečlenná družstva, zvětšili hrací plochu, prodloužili hrací čas. Dívky byly spokojené a nadšené. Bohužel opět by hrály, hrály, hrály,..... Teda bohudík ☺



13.3.2020 Koronavirus

Stalo se něco, s čím nikdo z nás nepočítal a ani si vůbec nepředstavoval. Celosvětová pandemie díky viru Covid-19. Uzavření, kromě jiného, sportovišť, zákaz turnajů, kempů, tréninků,.... Lvičata dostávají fyzické výzvy, znalostní kvízy, mají od nás podporu, aby věděli, že jsme stále s nimi. 1.-3.5.2020 byl plánován AMMOR kemp v Rumburku. Uvidíme, zda tato situace jej vůbec umožní. Některá Lvičata byla přihlášena na Letní rugby tábor na Vysočině. Těší se na jediný beach rugby v roce na Slavii začátkem června a další a další turnaje. Budeme doufat a věřit, že se brzy vše vrátí do normálu a my si spolu opět zatrénujeme a vyrazíme na turnaj.

29.4.2020 Zahajujeme opět tréninky

Virus ustupuje, nakažených ubývá, vládní opatření se uvolňují a my opět můžeme začít trénovat.

11.6.2020 Získání trenérské Licence C

Petr Mark získává trenérskou licenci C.

13.-14.6.2020 Víkendový kemp rugby AMMOR v Kralupech n.Vl.

O tomto víkendu jsme vzali 8 lvíčat a vyrazili na víkend do Kralup n.Vl., kde se opět pod záštitou Asociace malých a mladých oddílů ragby, uskutečnil víkend plný her, učení, mučení, zakončený turnajem. Zúčastnilo se 50 dětí z týmů Kralupy n.Vl., Rakovník, Plzeň, Sedlčany, Iuridica a Rumburk.

Rugbisti se učili hledat prostor, práci s míčem, správné skládky, byla implementována nová pravidla pro U10-U12.

Večer se opékali buřty, řádilo na stadionu, trenéři probrali vše potřebné.

V neděli vše bylo zakončené turnajem U10, U12 a U14.

Naši trenéři od Asociace obdrželi nádherné puzzle mikiny.





17.6.2020 Návštěva Dana Beneše

Již po druhé k nám zavítal Dan Beneš z České Rugby Unie, manažer rozvoje a vzdělávání. Připravil pro naše lvíčata trénink plný her zaměřený na změnu pravidel U10 a U12. Děti byly naprosto nadšené. Dana hltaly, poslouchaly. Trénink utekl rychle a my se budeme těšit na další Danovu návštěvu.



24.6.2020 Rozloučení se sezónou

Již se stalo pomalu tradicí, že na konci června ukončujeme sezonu grilováním, přítomností všech hráčů a rodičů. Neformální setkání plné dobrého jídla, pití a hlavně stmelování kolektivu. Letos nám bohužel nepřálo počasí, ale i to sluníčko se nakonec přes deštivé mraky ukázalo.



26.6.2020 Trénink trochu jinak – Beach rugby

Výhodou rugby je jeho variabilita, kdy je možné hrát na téměř každém povrchu. Tráva, sníh, písek. Využili jsme krásného počasí a pro lvíčata zpestřili trénink a vzali je na písek. Beach rugby je náročnější na fyzickou, hraje se v méně hráčích, souhra a komunikace musí být zase trochu jiná, než jak jsou zvyklí. Ale moc je to baví.

Děkujeme za celý rok úžasných tréninků a zážitků.

Těšíme se na další sezónu.

Rugby zdar !!!