

# ČESKOBUDĚJOVICKÝ deník

## Týdenní kemp je pro stolní tenisty dobrou přípravou

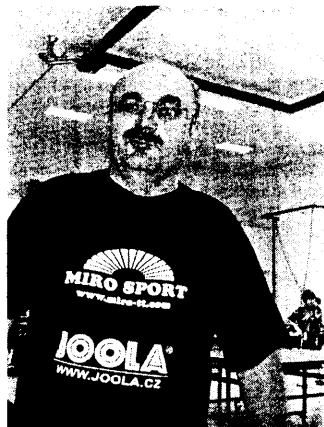
MICHAEL KALINICS

**České Budějovice, Sadská** – Stolní tenisté, kteří propadli celuloidovému míču natolik, že se jim letní pauza zdá být příliš dlouhá, a současně chtějí být na novou sezonu dobře připraveni, mohou spojit příjemné s užitečným a zaměřit o dovolené na některý z tréninkových kempů.

Jeden z nich se rok co rok koná v Sadské na Nymbursku, městečku s dominantou gotického kostela sv. Apolináře a pískovnou, vyhledávanou rekreanty. „Letošní ročník je už dvanáctý,“ pochlubí se pořadatel kempu Libor Pospíšil. Od poloviny července do poloviny srpna patří hala základní školy s nablýskanou palubovkou a rozměry basketbalového hřiště stolnímu tenisu. „Před lety jsme začínali dělat akce pro místní a hráče z okolí. Nejdřív k nám jezdilo dvacet lidí, potom čtyřicet, šedesát,“ vzpomíná na začátky Pospíšil. Sadskou si dokonce oblíbil i skupina Němců!

Mezi tradiční účastníky kempu z řad trenérů patří otec a syn Karabcové z Českých Budějovic. „Trénují tu od druhého ročníku, tedy už jedenáct let,“ říká Pospíšil. „Ohlasy jsou pozitivní. Jejich týden patří mezi ty nejdříve obsazené,“ chválí.

Karabcové jsou nositeli dobré nálady. Hlavně mladší Ivan je pro amatéry jako ex-



**ŠÉF. Libor Pospíšil pořádá rok co rok kempy na Sadské.** Foto: Deník

traligový hráč a vítěz paralympiády, MS a ME velkým tahákem i vzorem. Během týdne nejen radil a ukazoval, ale také bavil účastníky mistrnými exhibicemi s pukem či parketou.

Z mladých budějovických hráčů okusila atmosféru na Sadské dvojice z Orla ČB Sassmann – Zeman. Doplnili tak pestrou společnost nadšenců všeho věku z různých koutů republiky. „Přijíždějí k nám i z měst, kde nemají v odělech takové trenérské kapacity, jaké jim zajistímě tady během kempu,“ podotýká majitel Libor Pospíšil, sám aktivní stolní tenista.

V okolí Sadské jsou pěkné stezky na cyklistiku či in – line brusle, na výlety je to blízko do Poděbrad i do Prahy, ale

popravdě řečeno – kdo bere trénink poctivě, po tabletenisovém drilu mu zase tolik energie na další aktivity nejspíš stejně nezbyvá...

Po třech čtyřech dnech hraní už se tělo ozývá, program je totiž náročný. Po snídani hráči, rozdělení tak po dvaceti do tří výkonnostních skupin, vyrážejí z hotelu do haly na první dvouhodinový blok. Ten začíná rozčvičkou, následuje pilování úderů, později herních kombinací, na závěr se hraje o body. Kdo chce, může vyměnit živého soupeře za stroj, neúnavného robota. A hrát a hrát...

Po obědě čeká stolní tenisty druhý dvouhodinový trénink. Večer za dvanácti stoly se někdy protáhne o přátelský duel s některým pozvaným týmem z okolí. Tečkou za kempem bývá závěrečný kontrolní turnaj.

V roli trenéra se objevili letos na Sadské třeba bývalý reprezentant Richard Výborný nebo někdejší kouč juniorské reprezentace Pavel Stefek. Ve čtyřech turnusech se zúčastnilo kempu dohromady kolem čtyř stovek hráčů, většinou z okresních a krajských soutěží.

„Kdo týdenní kemp absoluuje, může z toho, co tam natrénuje, žít v sezoně hodně dlouho,“ míní Ivan Karabec starší.

A sluší se dodat, že Sadská není pro stolní tenisty jedinou možností.