



Regeneráló, lazító edzésről jöttek haza a Székelyudvarhelyi *ISK-FSK* fiataljai. A múlt hetet Ivóban töltötte a csapat, ahol lazító és csapatkovácsoló edzéseken vettek részt a gyerekek, meséli

**György István**

edző. "Igazán jó körülmények között tudtunk a gyerekekkel egy hetet szabadon eltölteni, mint egy nagy család úgy kirándultunk. A gyerekek között is kialakultak a kapcsolatok, a nagyobbak a kisebbeket tanítják a különböző taktikákra. Rengeteg szabadtéri programmal, csapatfejlesztő játékokkal, kirándulással töltöttük az időt. Asztaliteniszezés terén még tartunk egy kis szünetet, aztán augusztus 9.-től kezdjük a fizikai és pszichikai felkészülés-sorozatot" – mesélte István.



Augusztus 9-12. között Kézdivásárhelyen készülnek a gyerek és serdülő asztaliteniszezők. Az edzőtáboron szerbek, udvarhelyiek, kézdivásárhelyiek vesznek részt, illetve jelen lesz néhány válogatott játékos is. Aztán 15.-ig Udvarhelyen edzenek tovább a csapatok, ahonnan Nagykárolyba utaznak, itt pedig a szatmáriakkal közösen készülnek.

A következő helyszín augusztus 20-22. között Szolnok lesz, itt az idei első versenyen, a *Szent István kupán*

vesznek részt a gyerekek. "Itt nincs különösebb elvárás velük szemben, ez csak állapotfelmérő mérkőzés lesz" – jegyezte meg István. Az ezt követő állomás Szerbia, ahol négy napig edzenek az asztaliteniszezők. Itt szintén több ország képviselteti magát, így a nemzetközi edzőtábor

jellege megmarad.

Leghamarabb augusztus végére kerülnek haza a ping-pongosok, szeptemberben fognak neki az idei versenyszezonnak. "Ez így egy tartalmas és eredményes felkészülés lesz a versenyzőknek, 3 hetes felkészülés alatt 5 helyszínen edzenek" – vélekedett György István.