



Közös évvárás

Description

Alig egy héttel az országos bajnokság után a magyar ökölvívó válogatott már a Tatai Olimpiai Edzőtáborban folytatta a szezont.

„Volt majdnem egy hét pihenőnk, most már el kellett kezdenünk a felkészülést. Igazából a szokásos jó kedvvel, de keményen edzettünk. Szakmai munka nem igazán volt, inkább a fizikai részre mentünk rá.”- kezdte Harcsa Zoltán.

A férfi válogatott tagjai számára a kőkemény edzés mellett a csapatépítés is fontos szerepet játszott a folytatásban.



„Jó volt ez a pár nap. Összességében kicsit jobban összehozta a csapatot így év végén. Természetesen azért az edzésen volt a fő hangsúly. Erőnléti munka és bokszt is volt, de a fizikai rész volt nagyobb részben.”- értékelte az év utolsó közös edzőtáborát Fodor Milán.

Szaka István megnyerte az országos bajnokságot 52 kg-ban. Egy héttel később már újult erővel vágott neki a közös munkának.



„Ez egy év végi összetartó tábor volt. Voltak jó edzések, inkább erősítettünk meg futottunk. A második napon pedig tartottunk egy bemutatót az edzőtovábbképzésen az edzőknek.”- foglalta össze a közös munkát Szaka István.

Kovács Richárd 2018-ban elvesztette, 2019-ben visszaszerezte az országos bajnoki címet. Természetesen az országos bajnoki cím nagy lendületet adott a nyíregyházi ökölvívónak.



„Nagyon örültem neki, hogy sikerült visszaszereznem az önbizalmamat és ez egy nagy löketet ad nekem a következő évre. Egy hét után mentünk Tatára. Ebben az edzőtáborban próbáltunk az állóképességre dolgozni, alapoztunk egy kicsit a jövő évre. Így az ünnepek előtt jó volt ez a mozgás és a pihi után így visszarázódni az edzésbe.”- beszélt az elmúlt időszakról Kovács Richárd



A közös felkészülésnek vége, a versenyzők azonban nem fejezik be az évre a munkát. Hiába az év vége és a karácsony az élet nem áll meg. A válogatott legközelebb január 4-től készülhet újra együtt. Az évet Kazahsztánban, edzőtáborban kezdi a csapat.