



AUTOKLUB ČESKÉ REPUBLIKY FEDERACE MOTOCYKLOVÉHO SPORTU

Opletalova 29, 110 00 Praha 1

Tel.: +420 224 223 370

Fax: +420 224 223 363

E-mail: fms@autoklub.cz web: www.autoklub.cz



SMRŽ CAMP 2014

Za účasti 28 motocyklových jezdců z ČR a ze Slovenska proběhl v poslední lednový víkend druhý ročník tréninkového campu pod názvem SMRŽ Camp 2014.

Campu se zúčastnili současní i budoucí motocykloví jezdci, jako VIP hosté přijali pozvání Jakub Smrž, Matěj Smrž a Jakub Kornfeil. Celý camp probíhal pod dohledem Miroslava Hýska, kondičního trenéra Matěje Smrže za asistence dalšího trenéra SMRŽ Academy Honzy Kůzla. Tréninkové hodiny probíhaly v prostorách VIVA fitness a v tělocvičně TJ Karate České Budějovice.



Tréninkový camp navázal na předešlý ročník svým systémem tréninků, přidaly se nové techniky cvičení a poukázalo se na tréninkové možnosti.

Pátek a sobota byly zaměřeny především na atletickou a silovou přípravu, nedělní den patřil motivačním cvičením a konzultacím, kde s jezdci probírali různé cviky na konkrétní partie těla, které potřebují zpevnit.



Věříme, že se druhý ročník SMRŽ Campu povedl a velká účast motocyklových jezdců prokázala zájem o tento projekt.

Fotografie ze SMRŽ CAMPU najdete zde:

<http://www.smrzmoto.cz/training/fotogalerie/2014/>

O SMRŽ CAMPU psali také v médiích

Budějcká drbna – internetový portál

Odkaz: <http://www.budejckadrbna.cz/sport/ostatni-sporty/motocyklovi-zavodnici-spolecne-treovali-na-novou-sezonu.html>

Jihočeský-sport- internetový portál

Odkaz: <http://www.jihocesky-sport.cz/foto-bratri-smrzove-ci-iajub-kornfeil-treovali-pred-sezonou-s-detmi/>

Silniční motorky – internetový portál

Odkaz: <http://silnicnimotorky.cz/sport/rozhovory/smrz-camp-2014-reportaz/>

Matěj Smrž