

MOS WOLA Warszawa

<http://www.moswola.pl/mos/aktualnosci/469,Wytezona-praca-na-obozie-w-Stregielku.html>
19.04.2024, 21:53

Strona znajduje się w archiwum.

Wyteżona praca na obozie w Stręgielku

Trzy grupy siatkarzy MOS Wola oraz grupa siatkarska z Nadrenii-Westfalii trenują wspólnie na Mazurach w ramach przygotowań do sezonu 2004/2005

50 siatkarzy UMKS MOS Wola (roczniki 1986-1990) z trenerami K.Zimnickim, K.Felczakiem, P.Taborem i J.Zienkiewiczem trenuje pilnie na pierwszym obozie przygotowawczym do sezonu. Jest to obóz o charakterze ogólnorozwojowym i technicznym.

Nasze grupy trenują na boiskach otwartych , w siłowni oraz wiele treningów odbywają w terenie i na wodzie (kajaki, rowery wodne, kanu, żagle, deska serfingowa). Jest dużo sportów uzupełniających (kosz, piłka nożna, wycieczki rowerowe leśnymi duktami). Wraz z siatkarzami UMKS MOS Wola trenują siatkarze i siatkarki z Everswinkel w Nadrenii - Westfalii, klubu zaprzyjaźnionego z MOS Wola. Jest też kilku kandydatów do MOS Wola, którzy trenują razem z naszymi siatkarzami i jest sprawdzana przez trenerów ich przydatność do naszego klubu.

W wolnym czasie odbywają się wspólne wycieczki , m.in. do Kwatery Hitlera w Gierłoży, do Św.Lipki, Mikołajek , Giżycka, Węgorzewa. Sa też wspólne treningi i turnieje młodzieży polskiej i niemieckiej i... wspólne dyskoteki.



Zbyszek Bartman z medalem i tytułem wicemistrza świata U 18



Dominik Wójcicki zdobył trzy medale MP 2004 , a Zbyszek Bartman cztery.

[Poprzedni Strona](#)
[Następny Strona](#)



Wicemistrzowie Polski juniorów 2004 na plaży Zbyszek Bartman i Łukasz Jąłoz