

EDZŐTÁBOR ELŐTERJESZTÉS

Megnevezés: (esemény, fegyvernem, stb)	Kadet, junior férfi tör VB felkészülési edzőtábor
Időpont:	2026.03.23-27.
Helyszín:	Gerevich Aladár Nemzeti Sportcsarnok
Érkezés: (év, hónap, nap, óra)	2026.03.23., 9:00
Távozás: (év, hónap, nap, óra)	2026.03.27., ebéd után

Edzők, szakemberek	
Vezetőedző:	
Edző:	Mazza Lorenzo
Edző:	Bakó Tamás
Edző:	
Edző:	
Fizikai felkészítő edző:	
Sportszakmai munkatársak	
Orvos:	
Gyúró:	
Fegyvermester:	

VERSENYZŐK

Név	Egyesület	Hazai ranglista h.	FIE ranglista h.
Lackó Máté	BHSE	1	
Bánhidi Balázs	Ludovika SE	2	
Szögi-Nagy Tamás	SZTE-VK	3	
Glatt Ádám	BHSE	4	
Tóth Benjámin	BHSE	5	
Gróf Domonkos	ZVE	6	
Farkas Ákos	Ludovika SE	7	
Bodor Áron	Ludovika SE	1	
Zsögön Andor	Budakalász	2	
Grósz Roland	BHSE	3	
Gergely Zoltán	FTC	4	
Rubin Mattia	FTC	5	
Kosztolányi Hunor	Szigetszentmiklósi TE	6	
Bán Sebestyén	BHSE	7	
Rózsa Csanád	BHSE	8	
Dósa Dániel	Törekvés SE		
Tóth Gergely	Törekvés SE		
Mihály Andor	Ludovika SE		
Bálint Álmos	Ludovika SE		
Korom Erik	Törekvés SE		
Zsigmond Dániel	Törekvés SE		
Budaházy Ambrus	Ludovika SE		
Benyus Attila	Ludovika SE		
Frühauf Benjamin	Törekvés SE		

Létesítmény használat:

Létesítmény (terem,uszoda,szauna)	Időpont (nap,óra,perc)
Vívóterem	H 9:00-12:00, 16:00-18:30, K 9:00-12:00, 16:00-18:30, Sz 9:00-10:00, 16:00-18:30, Cs 9:00-12:00, 16:00-18:30, P 9:00-12:00
Videó szoba	Sz 10:00-11:00

SZOBABEOSZTÁS

	1 ágyas szobák	2 ágyas szobák	
1.	1db	1db	
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			

SZAKMAI TERV

Az edzőtábor szakmai terve (szöveges)

A Rio de Janeiro-i kadet-junior Világ-bajnokságra történő felkészülés a tábor célja. Résztvevők ld.: fentebb. Az edzések alakulása ld.: lentebb. Lábmunka, konvencionális feladatok, valamint szituációk (egyéni, csapat) gyakorlása a fő irányvonal, de emellett gyorsító, stabilizáló feladatokat is elvégeznek; valamint Mestereikkel iskoláznak.

Edzőtábor órarendje:

Időpont	1. nap	2. nap	3. nap	4. nap	5. nap
REGGELI torna					
REGGELI		<i>Vidékieknek a szálláson</i>	<i>Vidékieknek a szálláson</i>	<i>Vidékieknek a szálláson</i>	<i>Vidékieknek a szálláson</i>
DÉLELŐTTI Edzés	9:00-12:00	9:00-12:00	9:00-11:00	9:00-12:00	9:00-12:00
EBÉD	12:30	12:30	12:30	12:30	12:30
DÉLUTÁNI edzés	16:00-18:30	16:00-18:30	16:00-18:30	16:00-18:30	
VACSORA	<i>Vidékieknek a szálláson</i>	<i>Vidékieknek a szálláson</i>	<i>Vidékieknek a szálláson</i>	<i>Vidékieknek a szálláson</i>	