

## Charakteristika SDH Zličín

Z důvodu nízkého počtu dorostenců v jednotlivých pražských kolektivech jsme se na podzim loňského roku rozhodli vytvořit jedno družstvo složené ze sborů: SDH Zličín, SDH Stodůlky a SDH Řeporyje.

Naše družstvo se skládá z Kuby Knížka, Dana Vondráčka, Ondry Hrušky, Ondry Wolfa, Jirky Brabence, Tomáše Gregoroviče, Kuby Hrůzy a Vojty Jiráčka.

Celý rok nás připravovali trenéři Milan Procházka, Karel Jelínek a Petr Malina

Na podzim loňského roku jsme především zdokonalovali techniku a styl běhu. Během zimní přípravy nechyběly kromě posilování také spinning a plavání. S prvními jarními dny již následovalo trénování překážek a jednotlivých disciplín, především na stadionu Kotlářka. Zúčastnili jsme se také několika závodu jak v kategorii dorostu, tak v požárním sportu. První prázdninový týden nás čekalo soustředění, kde jsme dopilovali vše potřebné. Bohužel se během soustředění zranil náš kamarád Vojta Jiráček a nemůže běžet, a tak bychom chtěli podat co nejlepší výkony hlavně kvůli němu. Není pro nás důležitý výsledek, ale Vojtovo zdraví.