

ROČENKA
Rugby Club LIONS RUMBURK
„Lvíčata“



2021 – 2022

ÚVOD

18.10.2013 vznik společnosti Alba o.s. – sdružení přátel rugby v Rumburku

19.3.2014 Změna názvu na Rugby Club Lions z.s.

Rugby Club Lions Rumburk z.s.

U Potoka 233/23

408 01 Rumburk

IČ: 022 38 756

Předseda klubu: Lenka Punčochářová

Místopředseda klubu: Petr Mark, Josef Těšík

Člen VV klubu: Laura Šicová

Historie

Od roku 2013 byl hlavní trenérem Rugby Clubu Zdeněk Zatloukal (bývalý reprezentant a prvoligový hráč Havířova a hráč Old Boys Praha).

Trénoval současně mládež a muže (kteří hráli 7's rugby). V tomto smíšeném týmu bylo průměrně 25 hráčů průměrného věku 20 let.

Od září roku 2016 započal Petr Mark s tréninkem „Lvíčat“, kdy se mládež odtrhla od mužského týmu.

Od září roku 2017 trénuje „Lvíčata“ Petr Mark, Laura Šicová

Od září roku 2018 trénuje „Lvíčata“ Petr Mark, Laura Šicová, Lenka Punčochářová, Ladislav Matěj „Kozel“.

Od září roku 2019 trénuje „Lvíčata“ Petr Mark, Lenka Punčochářová.
(v záloze trenér Laura Šicová a Josef Těšík)

Od září roku 2020 trénuje „Lvíčata“ Petr Mark, Lenka Punčochářová.

Od září roku 2021 trénuje „Lvíčata“ Petr Mark, Lenka Punčochářová,

Podzim 2021

Poprvé jsme neorganizovali tréninky během letních prázdnin a tak nástup dětí byl pozvolný co do rugby a fyziky.

Na začátku sezóny máme v U6-3, U8-6, U10-5, U12-2 a v U14-5 Lvíčat a U16-4 hráče.

Zůstali jsme u rozvrhu 3 tréninky týdně s tím, že v pondělí je fyzika hlavně pro U14+, vítání jsou U10+, středa a pátek trénink. Pondělní fyzika se bude střídávat s různými aktivitami jako běh, trx, zuu workout – vše pod dozorem kvalifikovaných trenérů a jedno pondělí zaměřené na hry rugby, kruhový trénink, opičí dráhy apod. jakési uvolnění.

Jelikož U14+ trénovali s U10 a U12, které je značně brzdí, rozjeli jsme nábor na nového trenéra pro kategorii U6, U8, kde jde především o fyzickou přípravu. Lenka bude trénovat U10+U12 a Petr U14+. Trenéry se nám povedlo sehnat rovnou dva, což jsme nečekali. Petrovi v U14+ nepravidelně vypomůže Jan Sluka.



Od listopadu využijeme osvětlené hřiště Sportlife Rumburk, ať jsou děti stále na čerstvém vzduchu a otužují



se.

11.9.2021 Turnaj Open 7's Rumburk

Po dvou letech se uskutečnil rugby turnaj i v Rumburku. Tentokrát poprvé v kategorii U14 a to v rámci programu OPEN 7's. Do Rumburku přijely týmy RC Griffins Jablonec n.N., RA Olymp Praha, Rugby Úžice a rize dívčí tým Strong Girls z Popovic. Hrála se kategorie B, což znamená na polovinu hřiště. Rumburští hráli naprosto skvěle a to zde byli i nováčci v rugby nebo jejich první turnaj. Rumburk x Olymp 7:5 / Rumburk x Popovice 7:4 / Rumburk Úžice 5:10. Po odehrání zápasů se hrálo na celé hřiště RA Olymp x Barbarians a Rumburk x Jablonec s vypětím posledních sil. Na konci turnaje se rozdaly týmům drobnosti a mohlo se jet domů. Počasí přálo, teplota byla úplně akorát, žádné vedro, žádná zima, přšelo před a po turnaji. Týmy byly spokojené, pochválily Rumburku organizaci, zázemí, nadšení 😊 A my se budeme těšit, že to nebylo naposledy.



19.9.2021 Turnaj U12 Slavia Praha

V neděli jsme vyrazili s našimi hráči na Slávii, abychom odehráli turnaj v barvách AMMORu. Jelikož v této kategorii máme ještě nedostatek hráčů, přidali jsme se k puzzle týmu. Tuto kategorii zastupovali i naši zkušení hráči z kategorie nižší U10. Ve výkonnostní skupině jsme byli v C a Honzik Ksandr v B. Hráči tvořili skvělý tým, i přes to, že se viděli poprvé a nebyli sehraní. Celé dopoledne si moc užili.



24.9.2021 Ukázka dravců

Na začátku sezony se snažíme naše hráče nějak přivítat. Jelikož se už celkem rozrůstáme v počtu hráčů, je obtížnější najít nějaké poděkování, že se rozhodli pro náš klub. A tak jsme oslovili Martinu Hendrychovou, která pro naše hráče připravila ukázkou dravců, které můžeme vidět i ve volné přírodě právě u nás.



27.9.2021 AdrenalinPoint Lasergame

V rámci fyziky a poděkování našim nejstarším hráčům, kteří zůstali v našem klubu i pro další sezónu jsme připravili Lasergame. Uskutečnila se pod širým nebem v lese, málem nás sežrali komáři ☺ Tuto hru pro nás připravil Adrenalinpoint Varnsdorf.



30.9.2021 Vyber si svůj sportovní klub

Byli jsme osloveni, zda bychom se nezúčastnili sportovního dopoledne, které je uspořádáno pro 1. stupeň Základní školy U Nemocnice v Rumburku. Vytvořili jsme dvě stanoviště (příhrávky a skládky) a děti se točily vždy po 15-20 minutách. Nebyl příliš prostor na malou přestávku a jelo se téměř v kuse 4 hodiny. Počasí bylo zpočátku celkem mrazivé, ale pak se na nás usmálo i sluníčko. Věříme, že se žákům sportovní dopoledne líbilo a že některé z nich přivítáme u nás v klubu.

17.10.2021 U14 Malá Skála Open 7's

Na Malé Skále již tradičně RC Griffins Jablonec n.N. uspořádal turnaj pro U14 a U16 v rámci soutěží Open 7's. Naši hráči se rovněž zúčastnili. Naposledy v kategorii B. Vedli si velice dobře.



27.10.2021 Překvapení

Podzimní prázdniny, svátek a jak vytáhnout hráče ven a motivovat je? Ten, kdo uběhne 3km (bohužel hodně slabá účast, někdo byl na rodinném výletu, nachlazen,...), čeká ho v cíli překvapení. Překvapení byla voltiž na koni. Stoupnout, klus, kotrmelec, seskok a všechno možné. Hráči se zpočátku báli, ale nakonec byli nadšení.



29.10.2021 Halloween trénink

Poprvé v historii jsme vyzkoušeli Halloween trénink. Nejenom děti v maskách, spousta soutěží a malých odměn. Hráči i rodiče se bavili, byla to úžasná hodina tréninku.



31.10.2021 U12 Kralupy n.VI.

Bohužel v této kategorii nemáme příliš mnoho hráčů a hrají zde i hráči z kategorie U10. Bohudík je tu ale AMMOR, který nám umožňuje hrát v jeho barvách, s rovnocennými podmínkami a v podstatě hráči z jiných klubů, které známe. Bohužel se dětem příliš nedařilo. Byla zde spousta nováčků, kteří viděli rugby 4. den v životě. Ale drželi se, nevzdávali a hráli.



6.11. AMMOR na hřišti ARC Iuridica

Poslední letošní setkání AMMOR klubů, kterého jsme se mohli zúčastnit. Bylo sice kratší, cesta delší, ale setkání, trénink a popovídání s kamarády bylo skvělé a stálo to za to. Těšíme se na další.



3.12.2020 Mikuláš

Stalo se tradicí a ani letošek nebude výjimkou. Připravili jsme pro naše děti Mikulášskou.



Zima 2021-2022

Zima se nesla ve jménu viróz, karantén, izolací a tak tréninky nebyly plnohodnotné. Většinou byly kategorie spojené o několika málo hráčích. Když byla možnost, byli jsme venku na hřišti na umělém povrchu, které nabízí Sportlife Rumburk nebo v tělocvičně ZŠ U Nemocnice. Navíc nám kvůli úrazu vypadl jeden trenér a dalšího stále hledáme.

Jsmo opět patronem Lva Berberského v Liberecké ZOO

Turnaj Open 7's 26.3.2022 Vrchlabí

Počasí nám na turnaj přálo a zasvítilo nám sluníčko a relativně teplo. Poprvé si naši hráči zahráli ve skupině A. První turnaj jsme absolvovali s nezkušenými hráčky týmu Strong Girls (jako jediní ve sk. B). Jelikož jsme vyhrávali s velkou převahou, v druhé půlce zápasu jsme našim hráčkám hru ztížili povinnými přihrávkami. Byl to krásný zápas. V dalším zápase se naši hráči postavili proti Griffins Jablonec n.N. Zde už hra musela být přesnější a více fyzicky a spolupráce. Poslední zápas jsme odehráli s RA Olymp. Zde jsme již nestačili fyzicky.

Naši hráči mají velké nedostatky v obraně a stálé shlukování většiny hráček na jednom místě. V tomto turnaji jsme byli oslabeni. Bylo nás pouze 6 s tím, že šestý hráč (hráčka) byl úplný nováček a byl to jeho první turnaj. Naš tým doplnili hráči Griffins a následně i Strong Girls.

Byla to skvělá podívaná. U hráček je vidět progres a to i přes dlouhé zimní období plné vysoké absence a nemožnosti dostatečného trénování.



AMMOR OSTRAVA TOUR 9.-10.4.2022

AMMOR se rozhodl uskutečnit přátelské utkání v kategorii U14 proti hráčům Ostravy a Havířova. Jednalo se o dvoudenní akci, na kterou jelo celkem 31 hráčů AMMORu. Z našeho klubu byli nominováni tři z pěti hráčů - Natálie Poláková, Jakub Punčochář a Josef Těšík, který se bohužel akce nemohl zúčastnit. Pro naše hráče to bylo první setkání s „patnáctkovým“ rugby a z Ostravy přijeli více než nadšení a spokojení. Plno zážitků, kamarádů, skvělé hry, kdy opravdu hráli a žádná lavička. Navíc si přivezli zkušenosti, znalosti a nadšení z tréninků a zápasu.

AMMOR x Ostrava / Havířov 35:15 a 25:25



AMMOR U12 24.4.2022 Rakovník

Turnaje kategorie U10 a U12 se překrývají a není možné být všude. Jelikož z kategorie U10 rodiče zájem účastnit se turnaje na Iuridice neprojevili, jeli jsme do Rakovníku. Tohoto turnaje se zúčastnili dva hráči z U10, kteří mají ale veliké zkušenosti v rugby a již rok hrají v U12. S novou sezónou již v této kategorii zůstávají oficiálně.

Turnaj se nesl v typickém ragbyovém počasí a to déšť, déšť, déšť ☺ Bylo to náročné hlavně pro diváky, ale na druhou stranu, toto počasí a zážitky, dělají ty vzpomínky ☺ . Zahráli jsme si za tým AMMORu tři zápasy. Naši hráči měli několik neuvěřitelných akcí, kdy i díky nim padly pětky. V obraně se tým držel úplně skvěle. Útok měli slabší. Vždy je co zlepšovat. Byla to skvěle strávená neděle.

Naše U12 jeli podpořit i hráči z naší U14+. Chtěli vidět naší mladší generaci hráčů, jak si vedou, zavzpomínali na své časy v této kategorii a uznali práci a mnohdy rozčilení trenérů.



Turnaj Open 7's U14 RUMBURK 30.4.2022

Byli jsme rádi, že náš klub opět mohl uspořádat turnaj v rámci Open 7's. Počasí jsme objednali úplně nádherné a přihlášily se kluby Olymp, Slávia, Griffins, Babice, Strong Girls, Úžice a Vrchlabí. Bohužel Vrchlabí nakonec nedorazilo a z Úžic přijela hrstka hráčů, kteří doplnili kluby včetně toho našeho. Hrál se převážně na celé hřiště a hráči si vyzkoušeli i kopání na H branky. Naprostým vítězem se stál klub Babice. Všechny kluby zahrály skvělou hru a nebyla nouze o velice pěkné akce. Bohužel se turnaji nevyhnuly zranění, ale i přesto hráči odjížděli s úsměvem na tváři.

O občerstvení se postarala rodina Osifových a lahůdky Bartoš Rumburk.

Klub obdržel spoustu chvály za organizaci a celkovou atmosféru turnaje. Jsme rádi, že se přišli podívat i rodiče, kteří nemají příliš možností vidět své děti hrát.

Věříme a doufáme, že najdeme společný možný datum ještě na podzim, abychom uskutečnili další turnaj a stali se tak neodmyslitelnou součástí pro pořádání turnajů Open 7's.



Turnaj U12 Sparta Praha 1.5.2022

V této kategorii máme jedinou zástupkyni Vanesu Walterovou. Vanesa odjela odehrát svůj další turnaj v barvách puzzle AMMOR týmu na Spartu do Prahy. I ona si víkend velice užila a zahrála.



Překážkový závod Bastard na Máchově jezeře 8.5.2022

Naši hráči byli osloveni, zda by neudělali na těchto náročných závodech u cíle živou překážku. Byla by to úplná novinka jak pro běžce tak i pro nás. Hráči – zejména starší, neměli problém a svou účast přislíbili. S narážeci se postavili před cíl a úkol zněl jasně – Nikdo nesmí projít. Někteří závodníci si to užívali, někteří se záměrně vyhýbali a někteří opojeni adrenalinem zapomněli, že proti nim stojí děti. Nakonec jsme pomáhali i u jiných překážek a hlídali jejich zdolání nebo rozdávali medaile. Hráči si za odměnu odběhli dětskou trať závodu, vymáchali se, obalili pískem a jako odměnou jim byly zážitky, čerstvý vzduch, sluníčko a tričko Bastard. Domů jsme přijeli všichni úplně vyřízení.



Hodina TV navíc od 11.5.2022

Vlivem Covidové situace se rušily tělocviky ve školách v uzavřených prostorách tělocvičen. Nyní je již vše při starém a tak jsme byli jako sportovní klub opět osloveni, zda bychom v rámci projektu „Hodina tělocviků navíc“ nepředstavili dětem 1. stupně ZŠ U Nemocnice v Rumburku rugby. Každý měsíc v rámci tohoto projektu je představen nějaký sport. Nyní přišla řada i na rugby.

Dívčí turnaj U15 Říčany 14.5

Na sobotu byly naše dvě hráčky kategorie U14+15 pozvané na dívčí turnaj, který se konal v Říčanech u Prahy. Oblékly dresy týmu Strong Girls. Pauzy mezi zápasy byly hodinové, což nebývá dobré. I přes to se naše děvčata zařadila do týmu a byly oporou a pomocí. Den si velice užily a určitě tato spolupráce nebyla poslední.



Turnaj U12 Babice 15.5

V neděli nás čekal další turnaj a to tentokrát v barvách puzzle týmu AMMOR. Jako již tradičně v těchto kategoriích. Sluníčko nezhálelo a tak hrát na plno bylo náročné, zvláště u posledního zápasu, který hráli bez mezipauzy a bylo to znát. Výsledek byl výrazně horší než u dvou zápasů před tím. Důležité ale je, že si turnaj užili, poměřili síly a těší se na další.



Přednáška Sport, pohyb, životospráva 20.5.

V rámci tréninku jsme požádali našeho sponzora FIT Sever Renatu Dufkovou jako výživovou poradkyni o přednášku na téma „Sport, přirozený pohyb a strava“. Je totiž velice důležité tyto složky spojit pro dostatečný přísun energie pro tělo a její správné využití. Přednáška byla určena pro hráče kategorie U12+ a pro rodiče všech hráčských kategorií. Věříme, že si všichni přítomní odnesli nové poznatky a budou se je snažit aplikovat doma. Přednáška byla velice přínosná a věříme, že se líbila a pomůže alespoň z části odstranit jisté zlovyky.



Open 7's U14 Slávie Praha 22.5

Nedělní turnaj na Slávii se uskutečnil v pozdních odpoledních hodinách. Naštěstí rozpis zápasů byl uzpůsoben dle vzdálenosti týmů a tak my odehráli své tři zápasy na začátku a v době dohrávání turnaje jsme byli doma.

Náš tým doplnili hráči z Babic a děvčata ze Strong Girls. Bylo to určitě příjemnější a naši hráči mohli střídat. Sluníčko pálilo, hřiště veliké a ještě větší výkon našich hráčů. Hráli jsme vždy ob zápas a tak nebylo moc času na odpočinek.

Zahráli jsme si proti Strong Girls Velké Popovice, Slávii a Strong Girls Kamenice. Naši hráči se zlepšují každým turnajem, i když mají ještě co zlepšovat. Už se těšíme na další turnaj.



Open 7's U14 Úžice 29.5

Předposlední turnaj této sezóny se uskutečnil v Úžicích u Kralup n.VI. Zahráli jsme si opět 3 zápasy. Druhý zápas s RA Olymp nám dal velice zabrat a ne vždy soupeř hrál fér. Ale i to se stává. Do třetího zápasu naši hráči dali zbývající síly a vyhráli. V tomto turnaji předvedli hráči obrovské nasazení, houževnatost a chuť hrát. Všichni přispěli svým výkonem ke skvělé týmové hře.



Sportovní den Města RBK 1.6.2022

Podobné akce v menším rozsahu jsme se zúčastnili na podzim na ZŠ U Nemocnice. Tentokrát se akce uskutečnila na městském stadionu o 14 stanovištích a pro všechny základní školy v Rumburku a jejich žáky 1.-3. tříd. Žáci měli opět možnost vyzkoušet si nejrůznější sporty, které Rumburk a jeho kluby nabízejí. Naši trenéři si tentokrát na pomoc přizvali i 4 naše hráče. V odpoledních hodinách proběhlo vyhlášení nejlepších sportovců jednotlivých klubů. Náš klub nominoval Jakuba Punčocháře a Natálii Polákovou. Jejich progres je obrovský. Oba se angažují ve veškeré činnosti klubu a využívají možností i dalších organizací jako AMMOR, Akademie Yvese Perrota, Spolupráce s rugby klubem Strong Girls, RA Olymp a další a další. Jakub spolu s Mattem Korbou patří mezi první hráče dětského rugby v Rumburku vůbec.



Dívčí turnaj U15 Kamenice 4.6

Natálie a Lucie se pomalu blíží k věku, kdy již nebudou moci hrát společně v jednom týmu s chlapci. Klub Strong Girls nám nabídl možnost, aby děvčata hrála v jejich barvách. Jsme velice vděční za takovou nabídku a naše děvčata si to velice užívají. Tohoto turnaje se zúčastnila pouze Natka, jelikož Lucie si léčí zranění kolene.



Mistrovství ČR U10 Říčany 4.6.

V barvách Puzzle AMMORu si zahráli několik zápasů během turnaje na Mistrovství republiky naše U10. Naši hráči byli velmi aktivní a pro tým AMMORu získali několik bodů. Chválou nešetřil ani jejich zástupný trenér.



Open 7's U14 Kamenice 11.6

Poslední turnaj sezóny. Bohužel naše hráče potrápila zranění ještě před tímto turnajem a tak jsme je dali dohromady s hráčkami a hráči ze Strong Girls, Olympu, Úžic a Jablonce n.N. Ale i naši hráči doplňovali tým Jablonce a vyhráli jim celkové 3. místo. Počasí přálo, nálada skvělá a organizace úžasná. Úvodní i závěrečný ceremoniál, roztleskávačky, catering,.....Všichni jsme si to moc užil.



Havran CUP U8-10 Kralupy n.Vl. 12.6

Hráči v tomto turnaji nehrají za své kluby ale za světové týmy. Hrají s jinými hráči jiných klubů. Učí se tak spolupracovat a vytvářejí si přátelství. Je to především o zábavě a rugby. O oblíbenosti tohoto klání svědčí i neuvěřitelný počet přihlášených hráčů. Pro naše tři U8 to byl vůbec první turnaj, který si v této sezóně mohli odehrát.



United Wolds Games „Olympiáda“ Klagenfurt Rakousko 17-19.6

Na stadionu vybudovaném pro Euro 2008, který pojme 32tis diváků, se odehrály hry, kde se představí ve 13 sportech týmy z celého včetně olympijského sedmičkového rugby. Náš klub i zde měl své zástupce, kteří hráli za RA Olymp nebo Strong Girls Velké Popovice, v barvách Rumburku si zahrál tým holek jako Barbariens. Týmy si zahrály např. proti Jihoafrické republice, Izraeli, Moldavii, Ukrajině, Německu, Rakousku, Francii,....Hráči a jejich doprovod si přivezli nejen zkušenosti ale hromadu skvělých zážitků.





Šnek Race Chříbská 25.6

Začíná být tradicí, že se jako tým účastníme běžeckého překážkového závodu Šnek Race ve Chříbské. Letos jsme sestavili kategorii do 7 a od 10 let. Nikdo neběží sám, jsme tým a spolupracujeme, čekáme na nejpomalejšího. Běží se asi 2 km, překážky jsou přeležací, nosící, ale i bahenní a vodní. Nejmenší, pro které to byl první závod, byli zpočátku vystrašení. Ale po prvním vyběhnutí, zdolání překážek je to nesmírně začalo bavit a utíkali i s úsměvem ve tváři. Pro starší kategorii to byla hned sranda, těšení se a všichni si to moc užili. Organizátoři jsou neskuteční v takové velikosti.





Loučení se sezónou 1.7.2022

Jako každý rok i ten letošní jsme zakončili společným setkáním hráčů a rodičů. Počasí nám bohužel moc nepřálo, ale jelikož jsme rugbyisti, dokázali jsme si setkání užít i tak. Rozloučili a poděkovali jsme starému vedení klubu a uvítali nové vedení, kterému jsme popřáli mnoho zdaru a skvělých nápadů.



**Děkujeme za celý rok úžasných tréninků a zážitků.
Těšíme se na další sezónu.
Rugby zdar !!!**