

Хоккеисты Череповецкой «Северстали» начали подготовку к новому чемпионату КХЛ. Вчера, по сле отпуска прошла первая тренировка.

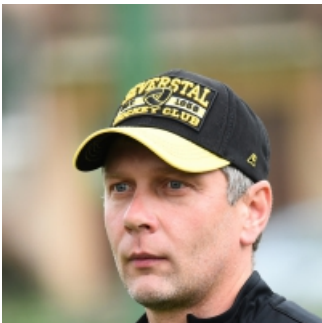


Общее построение. Разминка. Хоккеисты распределяются по группам и начинают играть, кто в футбол, кто в хоккей на траве.

Игорь Захаров – тренер ХК «Северсталь» по физической подготовке.

- Мы только приступили к тренировкам. Часть ребят ещё проходит медицинский осмотр, поэтому пока рано судить об их физическом состоянии. В настоящий момент у нас проходят тренировки втягивающего плана, рассчитанные на то, чтобы игроки могли войти в ритм и хорошо поработать на следующем сборе в Игоре, где пройдут уже и основные тесты, и начнётся серьёзная нагрузка.

Раскачиваться некогда, чемпионат КХЛ стартует в середине августа и уже в предстоящую пятницу пройдет первая тренировка на льду.



Игорь Захаров – тренер ХК «Северсталь» по физической подготовке.

.- Да, времени не так много, но все хоккеисты – профессионалы, они должны готовиться самостоятельно. И они это прекрасно понимают. Поэтому наш процесс подготовки в том числе опирается и на их самостоятельную работу. . Все ребята, которые были в Череповце, при чём не только игроки КХЛ, но и МХЛ занимались до начала тренировок самостоятельно. В том числе и на льду.

Напомним, что до конца недели хоккеисты «Северстали» будут тренироваться в Череповце. С 10 по 22 июля учебно-тренировочный сбор в г. Игоре (Ленинградской обл.), затем продолжение УТС до 5 августа в Финляндии. Там же планируются контрольные матчи и командами:

28 июля - «Трактор» - «Северсталь»

30 июля - СКА - «Северсталь»

3 августа - ХК «Пеликанз» (Лаhti, Финляндия) - «Северсталь»

4 августа - ХК «Пеликанз» (Лаhti, Финляндия) - «Северсталь»

С 8 по 15 августа пройдет сбор в Череповце, а затем участие в традиционном турнире им. Н.Г Пучкова в Санкт-Петербурге

