Published on *Центр спортивной подготовки спортивных сборных команд области* (https://www.xn---35-rdd4bdgjddod3c.xn--p1ai)

Вчера череповецкая хоккейная команда в Ледовом дворце провела первую тренировку после двухнедельной паузы.



Спустя две недели после гостевой победы над московским «Спартаком» (3:4OT), хоккеисты «Северстали» собрались в Череповце и возобновили тренировочный процесс. В ходе подготовки к важнейшим матчам в борьбе за попадание в плей-офф команда Александра Гулявцева проведет двухнедельный сбор в Череповце, после которого отправится на турнир в Ярославль.

19-го февраля «Северсталь» сыграет с «Локомотивом», а 21-го - с «Авангардом». После игры с омичами «Северсталь» вернется в Череповец и продолжит подготовку к играм с ЦСКА (27.02) и СКА (1.03).

Александр Гулявцев: «Будем готовиться и сражаться»

Главный тренер ХК «Северсталь» рассказал о том, как команда будет готовиться к решающим играм в чемпионате КХЛ.

- Команда еще собралась не в полном составе, Гудачек и Странски прилетят завтра. Понятно, что ребята две недели отдыхали без ледовой подготовки. По себе знаю, что ноги затекают. На первой тренировке постарались «не рвать» ребят. Провели техническую тренировку, чтобы игроки почувствовали шайбу, клюшку, коньки. Завтра дадим скоростную тренировку. Побегаем в жилетах, баллоны потаскаем. Все будет. Надо идти поэтапно.

- Как на команде скажется длительная пауза?

- Думаю, что она скажется положительно. График игр был очень плотный. Видно, что ребята и морально, и эмоционально, и физически подсели. Поэтому мы на две недели отпускали их к семьям, чтобы они там набрались положительных эмоций и приступили к работе.

Мы сейчас поработаем в Череповце, потом съездим в Ярославль, сменим обстановку, сыграем два матча в мини-турнире. Потом день отдохнем и начнем готовиться к оставшимся двум играм регулярного чемпионата.

В Череповце у команды будут двухразовые тренировки на протяжении шести дней с одним выходным. Потом будем по одной тренировке готовиться в плане тактики, наигрывать большинство и меньшинство. И начнем готовиться к решающим матчам с ЦСКА и СКА. Посмотрим видео, разберем некоторые моменты того, как мы с ними играли.

- Помогут ли матчи 19-го и 21-го февраля вернуться в игровой ритм?

- Конечно. У нас будут соперники, которые так же готовятся к возобновлению чемпионата. Будут столкновения. Это нормально. В такой паузе нужны игры. Думаю, двух матчей нам будет достаточно. Для нас соперники хорошие, также как и мы для них. Такие игры нужны и они будут полезны.

Будем сражаться. Так же, как это было и в игре со «Спартаком». Будем до конца единой командой, и работать над положительным результатом.

Дмитрий Кагарлицкий: «Нужно выигрывать и попадать в плей-офф»

Капитан «Северстали» рассказал о том, как провел свою первую паузу в чемпионате, за счет чего можно одолеть ЦСКА и СКА, а так же признался, что очень сильно соскучился по хоккею.

- Как провели двухнедельную паузу?

- Все ребята восстановились, все вышли из отпуска в хорошем настроении. Все работают на позитиве, выкладываются по полной и готовы делать это и дальше.

- Вы как провели эти две недели?

- С женой на пять дней съездили отдохнуть. Основное время проводим с сыном. Все время уделяем ему. Восстановился на полную. Набрался положительных эмоций.

- У вас в этом сезоне фактически не было пауз, то сборная, то чемпионат.

- Для меня это первая пауза в чемпионате. До этого все время куда-то уезжал. Хорошо, что получилось разгрузиться психологически, отдохнул. Сейчас очень сильно соскучился по хоккею, по льду. Тренировка прошла в удовольствие, хоть она была и не легка, но получил удовольствие.

- Две недели сейчас предстоит именно тренироваться в Череповце. Насколько сложным будет этот период?

- Мне несложно, я же дома. Три минуты ехать до дворца. Тренировочный процесс будет сложный. В первую неделю, думаю, будет большая нагрузка, а потом будем готовиться к играм. Нам самое важное заключительные две игры регулярного чемпионата сыграть свежими. Думаю, тренерский штаб подготовил план, который мы будем придерживаться.

- Удается ли не думать о том, попадет команда в плей-офф или нет?

- А что думать? Нужно просто выходить и выигрывать. Если одержим две победы, то мы гарантируем себе попадание в плей-офф. Сейчас главное – сосредоточиться на этих играх, максимально разобраться соперников. Времени у нас достаточно. Большинство ребята из ЦСКА и СКА находятся в сборной. После сборной они приедут все равно немного уставшие. А нам нужно за счет свежести и работоспособности их обыграть. Будем мыслить позитивно, мысли же материализуются.



