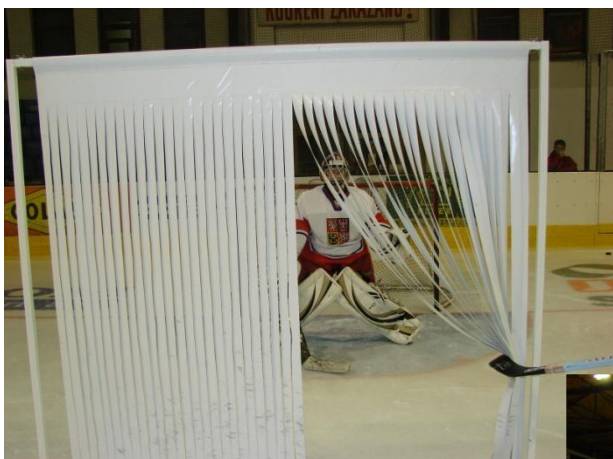


Tréninkové pomůcky

Pruhová zástěna

Obrázek č.1



Pruhová zástěna je výbornou pomůckou pro nácvik postřehu brankáře a zdokonalování jeho reakčních schopností. Takto upravená zástěna umožňuje průchod puku v celém střeleckém rozsahu, čemuž přispívá i správně zvolená konstrukce zástěny, jak je patrné na obrázku č.1

Obrázek č.2



Brankář nevidí střelcovu hokejku a při vhodné vzdálenosti nevidí ani střelce. To znesnadňuje brankáři předvídat střelcův úmysl a musí reagovat pouze na samotný puk. Perfektně tak simulujeme zápasovou situaci, kdy má brankář zakrytý výhled.

Obrázek č.3



Pro různé varianty nácviku volíme i různé vzdálenosti zástěny od brankoviště. Na obrázku č.3 je konstrukce umístěna dále od brankoviště a střely jsou voleny libovolně, v celém střeleckém rozsahu.

Obrázek č.4

Umístíme-li zástěnu blíže k brankovišti, volíme pak brankařská cvičení, která zdokonalují reakci na střelu po ledě. Tomu odpovídá i postavení střelce. Oproti obrázku č.3 je střelec na obrázku č.4 blíže k pruhové zástěně.

