

SALIBALL



- Saliball je speciální, tréninková pomůcka pro všechny florbalisty a florbalistky
- Saliball je extrémně kvalitní a odolný, pokud jej neztratíte, vydrží vám celou vaši sportovní kariéru!
- Saliball vyrábíme v České republice
- Trénuj se Salibalem doma, před tréninkem, během tréninku, před zápasem
- Díky tréninky se Salibalem zlepšíte
 - VEDENÍ MÍČKU
 - KONTROLU MÍČKU
 - KLIČKY A STAHOVAČKY
 - KVALITU PŘIHRÁVEK
 - KVALITU STŘELBY
 - a díky zlepšení těchto dovedností, zlepšíte také
 - SEBEVĚDOMÍ

JAK TRÉNOVAT SE SALIBALLEM

1. DRIBLING PŘED TĚLEM



DRŽ FLORBALKU PEVNĚ VE
DVOU RUKÁCH A DLOUHÝMI
TAHY DRIBLUJ ZE STRANY
NA STRANU / Z FOREHANDU
NA BEKEND

JAK TRÉNOVAT SE SALIBALLEM

2. DRIBLING VEDLE TĚLA



DRŽ FLORBALKU PEVNĚ VE DVOU RUKÁCH A DLOUHÝMI TAHY DRIBLUJ ZE STRANY NA STRANU / Z FOREHANDU NA BEKEND. TENTOKRÁT NE PŘED SEBOU, ALE VEDLE SEBE, NA FOREHANDOVÉ, ALE I BEKENDOVÉ STRANĚ

JAK TRÉNOVAT SE SALIBALLEM

3. STAHOVAČKY



DRŽ FLORBALKU PEVNĚ VE DVOU RUKÁCH A DĚLEJ KONTROLOVANĚ DLOUHÉ STAHOVAČKY PŘES ŠPIČKU. TRÉNUJ TAK, AŽ TI SALIBALL BĚHEM STAHOVAČEK NIKDĚ NEUJEDE. ZAČNI POMALEJI A POSTUPNĚ PŘIDÁVEJ NA INTENZITĚ

JAK TRÉNOVAT SE SALIBALLEM

4. PAUZA

PO 1-2 MINUTÁCH TRÉNINKU SE SALIBALLEM SI VEM
KLASICKÝ FLORBALOVÝ MÍČEK A VYZKOUŠEJ SI

DRIBLING
STAHOVAČKY
PŘIHRÁVKU
STŘELU

UCÍTÍŠ OKAMŽITÉ ZLEPŠENÍ VŠECH TECHTO SKILLŮ

JAK TRÉNOVAT SE SALIBALLEM

5.OPAKUJ

PRO MAXIMÁLNÍ EFEKT Z TRÉNINKU PRAVIDELNĚ OPAKUJ

TRÉNINK SE SALIBALLEM 1-2 MINUTY

PAUZA

NORMÁLNÍ MÍČEK

TRÉNINKEM SE SALIBALEM 1-2 MINUTY

-
-
-

BE THE CHANGE

JAK TRÉNOVAT SE SALIBALLEM

CO SE SALIBALLEM NEDĚLAT!!!

- SE SALIBALLEM NESTŘÍLÍME NA BRANKÁŘE
- SE SALIBALLEM NESTŘÍLÍME NA BRÁNU
- SE SALIBALLEM NEHÁŽEME

JAK TRÉNOVAT SE SALIBALLEM



SALIBALL NÁVOD



SALIBALL NÁVOD



SALIBALL RECENZE