



## Hrvatski ženski rukometni klub „Grude“ Grude

### „ 1. Festival ženskog rukometa - Grude 2018 „

#### **Tematske cjeline festivala:**

1. Seniorski rukometni turnir
2. Kamp za djevojčice 2004/2005 i 2006. i mlađe
3. Seminar trenera federalnih liga

#### Ponedjeljak 27.08.2018.g.

-18.00 sati prijateljska utakmica HŽRK Grude- SG Kappelwindeck Steinbach -Njemačka

#### Utorak 28.08.2018.

- 16.00 - 17.30 Kamp-trening djevojčice 2004/2005- trener: Kornelija Leko -gradska dvorana
- 17.30 - 19.00 Kamp-trening djevojčice 2006/2007- trener: Marija Žanko -gradska dvorana
- 18.30 sati Tiskovna konferencija u uredu HŽRK Grude: Dragan Adžić i Zlatko Saračević
- 19.00-21.00 sati zajednički trening ŽRK Budućnost i RK Podravka

#### Srijeda 29.08.2018.g.

- 9.30 – 11.00 Kamp-Trening 2004/2005 - trener: Marija Žanko - dvorana srednje škole
- 11.00 – 12.30 Kamp-Trening 2006/2007 -trener Sanja Bajgorić - dvorana srednje škole
- 10.00 - 12.00 sati trening ekipa ŽRK Budućnost i RK Podravka -gradska dvorana
- 15.00 - 16.30 Kamp - trening 2006/2007 – trener: Zlata Zubac - Gradska dvorana
- 16.30 - 18.00 Kamp - trening 2004/2005 – trener: Sanja Bajgorić - Gradska dvorana
- 19.00 sati utakmica RK Podravka - HŽRK Grude
- 20.30 sati utakmica ŽRK Budućnost – ŽRK Bjelovar

#### Četvrtak :30.08.2018.

- 8.30 - 9.45 Kamp-Trening 2006/2007 - trener: Marija Žanko dvorana srednje škole
- 9.45 - 11.00 Kamp-Trening 2004/2005- trener: Sanja Bajgorić - dvorana srednje škole
- 11.00 - 12.00 Trening ekipe RK Podravka -gradska dvorana
- 11.30 - 12.00 druženje i slikanje igračica ŽRK Budućnost sa polaznicama kampa-gradska dvorana
- 12.00 - 12.30 druženje i slikanje igračica RK Podravka sa polaznicama kampa-gradska dvorana
- 12.00 - 13.00 Trening ekipe Budućnosti - gradska dvorana
- 15.00 - 16.00 trening 2004/2005 pokazni trening 2004/2005 Trener: Dragan Adžić – **Tema: Metodika obuke individualnih i grupnih elemenata odbrane** -gradska dvorana-trenerski seminar
- 16.00 - 17.00 trening 2006/2007 Trener: Zlatko Saračević – **Tema: Uloga sedmog igrača u modernom rukometu** -gradska dvorana - trenerski seminar
- 18.00 sati utakmica – HŽRK Grude – ŽRK Bjelovar
- 19.30 sati utakmica– ŽRK Budućnost – RK Podravka

#### Petak: 31.08.2018.g.

- 9.00-10.15 trening vratarki u kampu-Trener :Sanimir Radek – **Tema: Novi načina postavljanja i kretanja vratara, obrane udaraca sa krila i sa sedam metara** -gradska dvorana -trenerski seminar
- 10.15 – 11.30 trening 2004/2005 Trener : Petar Metličić -**Tema: Tehničko taktička obuka igrača na obranu 5-1** - ujedno trenerski demonstracijski -gradska dvorana
- 11.30 -12.45 trening 2006/2007 trener :Marija Žanko
- 15.00 - 16.00 sati utakmica između skupina 2006/2007 gradska dvorana
- 16.00 - 17.00 sati utakmica između skupina 2004/2005 gradska dvorana
- 17.00 – zatvaranje Kampa

Gradska športska dvorana Bili Brig

ID broj: 4272303340003

**T:** +387 39 661 312 | **F:** +387 39 661 312 | **M:** +387 63 315 426 | **E:** hzrkgrude@hzrk-grude.com

Raiffeisen Bank: 1610000115880091 | UniCredit Bank: 3381402277336805 | Hypo Bank: 3060030001064883

[www.hzrk-grude.com](http://www.hzrk-grude.com)