

Urząd Miejski w Łomiankach

<https://lomianki.pl/pl/aktualnosc/2023,Nasi-pilkarze-wznowili-treningi.html>
02.07.2024, 14:42

Nasi piłkarze wznowili treningi

KS Łomianki wznowił treningi po przerwie świątecznej i przygotowuje się do rozpoczęcia rundy wiosennej IV ligi. W najbliższą sobotę nasi piłkarze rozegrają pierwszy zimowy sparing.

Nasi piłkarze wznowili treningi

KS Łomianki wznowił treningi po przerwie świątecznej i przygotowuje się do rozpoczęcia rundy wiosennej IV ligi. W najbliższą sobotę nasi piłkarze rozegrają pierwszy zimowy sparing.



W poprzednim tygodniu zawodnicy KSŁ powrócili do treningów. Na pierwszych zajęciach stawiało się 22 piłkarzy, w tym mierzący 191 cm wzrostu bramkarz z Ukrainy. Przygotowania rozpoczęły się od zajęć o charakterze diagnostycznym, tj. analizowano skład ciała, przeprowadzono test wydolności tlenowej oraz pomiary siły i mocy. Były także testy m.in. szybkości oraz szybkości specjalnej z użyciem fotokomórek.

Właściwe przygotowania wystartowały w ostatni poniedziałek. Właśnie wtedy zawodnicy mogli chociaż przez chwilę poćwiczyć z futbolówkami. Już w sobotę KSŁ rozegra pierwsze spotkanie towarzyskie - przeciwnikiem będzie Hutnik Warszawa. W przerwie między rozgrywkami nasza drużyna sprawdzi umiejętności w 11 sparingach. Klub zakontraktował także mecze z Legionovią II Legionowo (23.01), Startem Otwock (30.01), SEMP-em Ursynów (30.01), KS Piaseczno (6.02), Polonią Warszawa CLJ (13.02), Mazurem Karczew (20.02), Błonianką Błonie (27.02) i Promykiem Łaskarzew (5.03). Pozostałych sparingpartnerów poznamy w późniejszym czasie.

DS, fot. KS Łomianki / archiwum

[Poprzedni Strona](#)
[Następny Strona](#)