RAPORT DE ACTIVITATE LOTURI NAȚIONALE 2019

LOTUL NAȚIONAL DE SENIORI

Lotul național de Volei – Seniori , a efectuat un stagiu de pregătire și participare in competiție in perioada 15.05.2019 – 30.06.2019 , în vederea câstigarii - 'Silver League'

Pentru această acțiune au fost concocați următorii sportivi și staff – tehnic :

- Rapeanu Liviu – R
- Dumitru Claudiu – R
- Bartha Cristian – R
- Manda Ionut – R
- Cherbeleata Gabriel – Z2
- Matei Ciprian – Z2
- Lica Laurentiu – Z2
- Olteanu Razvan – C
- Mihalcea Razvan – C
- Gheorghita Mihai – C
- Cuciurean Vlad – C
- Aciobanitei Adrian – Z4
- Balean Rares – Z4
- Bala Marian – Z4
- Ene Bogdan – Z4
- Suson Silviu – Z4

- Kantor Vlad - L
- Cristudor Liviu – L
- Pascu Dan – Antrenor Principal
- Macarie Ovidiu – Antrenor Secund
- Popa Mirel – Kinetoterapeut
- Pop Marius – Statistician

Romania a făcut parte din grupa B , alături de Danemarca,Georgia si Azerbaijan.

In urma disputării jocurilor din grupă am obținut următoarele rezultate :

-25.05.2019 Azerbaijan – Ramania 1 – 3 (-23,21,18,22)

-29.05.2019 Romania – Danemarca 3 – 0 (15,21,30)

-01.06.2019 Romania – Georgia 3 – 0 (7.11.20)

-08.06.2019 Romania – Azerbaijan 3 - 1(20,-23,21,25)

-12.06.2019 Danemarca – Romania 0 - 3(20,19,23)

-15.06.2019 Georgia – Romania 0 – 3(15,19.15)

In finală :

-26.08.2019 Grecia – Romania 2 – 3(-20,28,-20,23,10)

-30.06.2019 Romania – Grecia 3 – 0(21,23,21)

Pregătirea a început pe data de 15.05.2019 în Alexandria , conform programului prezentat in anexă

- Zile de pregătire : 46 (din care 2 zile de pauză)
- Volum de pregatire : 52 antrenamente,111 ore, din care :
- 16.22 % - pregatire fizică
- 19.82 % - tehnico – tactic individual
- 42,34 % - tehnico – tactic colectiv
- 14,42 % - jocuri oficiale
- Pregatirea teoretică/stabilirea tacticii – 7,20 &

In urma rezultatelor obținute in grupă (clasarea pe primul loc fără înfrângere) și deasemenea prin câstigarea ambelor jocuri din finală împotriva Greciei ne-am atins obiectivul propus de către Federația Română de Volei,si anume locul I in competiția ''Silver League".

Lotul național de Volei – Seniori , a efectuat un stagiu de pregătire și participare in competiție in perioada 22.07.2019 – 19.09.2019 , în vederea participarii la turneul final al 'Campionatului European – Seniori' – organizat in Franța la Montpellier.

Pentru această acțiune au fost convocați următorii sportivi și stafful – tehnic :

- Bartha Cristian - R
- Dumitru Claudiu – R
- Muscina Zissu Alexandru - R
- Manda Ionut – R
- Cherbeleata Gabriel – Z2
- Matei Ciprian – Z2
- Lica Laurentiu – Z2
- Olteanu Razvan – C

- Mihalcea Razvan – C
- Gheorghita Mihai – C
- Spinu Andrei – C
- Aciobanitei Adrian – Z4
- Balean Rares – Z4
- Bala Marian – Z4
- Suson Silviu – Z4
- Kantor Vlad - L
- Cristudor Liviu – L
- Pascu Dan – Antrenor Principal
- Macarie Ovidiu – Antrenor Secund
- Popa Mirel – Kinetoterapeut
- Pop Marius – Statistician

Romania a făcut parte din grupa A , alături de Franța, Bulgaria, Italia, Grecia si Portugalia.

Obiectivul propus este câstigarea meciurilor cu Grecia și Portugalia, ocuparea locului 4 în grupă, loc ce permite accederea în optimile de finală ale competiției.

In urma disputării jocurilor din grupă am obținut următoarele rezultate :

-12.09.2019 Romania – Franta 0 – 3 (-19,-14,-16)

-13.09.2019 Romania – Bulgaria 0- 3 (-26,-20,-20)

-15.09.2019 Romania – Italia 1 – 3 (-15,-14,23,-14)

-16.09.2019 Romania – Grecia 1 – 3 (23,-24,-25,-21)

-18.09.2019 Romania – Portugalia 3 – 1 (21,-19,21,23).

În urme rezultatelor din grupă Romania s-a clasat pe locul 6, la egalitate de puncte, seturi câstigate, seturi pierdute cu locurile 4 și 5.Diferența făcându-se la rația dată de punctaveraj.

Pregătirea a început pe data de 22.07.2019 în Craiova , conform programului prezentat in anexă

- Zile de pregătire : 60
- Volum de pregatire : 90 antrenamente, 164 ore, din care :
- 17.70 % - pregatire fizică
- 22.25 % - tehnico – tactic individual
- 43.60 % - tehnico – tactic colectiv
- 6.10 % - jocuri oficiale
- 4.87 % - jocuri amicale
- 5.48 % - pregatire teoretica/video