



**RUKOMETNI SAVEZ**  
CRNE GORE  
**HANDBALL FEDERATION**  
OF MONTENEGRO

19.decembar br.5/2 | 81 000 Podgorica | Crna Gora  
+382 20 664 225 | hfmontenegro@t-com.me  
Žiro račun 530-15156-38 | www.rscg.me



## **XXV RUKOMETNI KAMP „ŠAMPION“ LOVČEN 2024**

### **ŠAMPIONI STASAVAJU NA RUKOMETNOM KAMPU „ŠAMPION“ NA LOVČENU**

*Lijepo je pobijediti,  
Ljepše je učestvovati,  
Najljepše je igru zavoljeti.*

Dragi zaljubljenici rukometa,

Sa velikim zadovoljstvom vas obavještavamo da će Rukometni savez Crne Gore i ove godine organizovati 25. jubilarni Rukometni kamp "Šampion" na predivnom prostoru Nacionalnog parka Lovćen, lociran na Ivanovim Koritima, u ambijentu punom zelenila i svježeg planinskog vazduha na nadmorskoj visini 1250m.

Ovaj kamp, koji je postao sinonim za vrhunsku obuku i nezaboravne sportske trenutke, ponovo otvara svoja vrata za sve mlađe najtalentovanije rukometaše i rukometašice.

Reprezentativni rukometni kamp „Šampion“ posljednje 24 godine definitivno je odigrao ključnu ulogu u razvoju mnogih talentovanih rukometaša, pružajući im priliku da treniraju pod vođstvom iskusnih trenera i bivših profesionalnih rukometaša. Ovaj jubilej nije samo proslava četvrt vijeka uspješnog rada, već i priznanje svim polaznicima, trenerima, promoterima i saradnicima koji su doprinijeli razvoju i afirmaciji crnogorskog rukometa.

Posebno smo ponosni što su na našem kampu, kroz svoju početnu obuku i usavršavanje prošli svi naši reprezentativni igrači i igračice od pionira do seniora.

Osim stvaranja mladih rukometaša, Rukometni kamp "Šampion" ima i značajnu ulogu u stvaranju mladih trenera, koji su usavršavali svoja znanja u saradnji sa vrhunskim trenerima, kroz praktičan rad sa mladim reprezentativnim selekcijama.

**Kamp će se održati od 1. do 19. jula 2024.godine (u dvije smjene) u terminima:**

**I SMJENA:** od 1. do 10. jula 2024. godine: **Pionirska ženska reprezentativna selekcija**, igrачice rođene 2010. i 2011. godine (br. igrачica 21).

**II SMJENA:** od 10. do 19. jula 2024. godine: **Pionirska muška reprezentativna selekcija**, igrači rođeni 2008. i 2009 (br. igrača 21).

## **PROGRAM OBUKE USAVRŠAVANJA I SPECIJALIZACIJE**

### **Individualni program rada:**

- Osnovna individualna tehnika golmana sa vježbama,
- Osnovna individualna tehnika pivotmena sa vježbama,
- Osnovna individualna tehnika srednjeg beka sa vježbama,
- Osnovna individualna tehnika beka sa vježbama,
- Osnovna individualna tehnika krila sa vježbama,

### **Grupni i kolektivni program rada:**

- Grupna taktika napada sa situacionim vježbama,
- Kolektivna taktika napada sa kompleksnim vježbama,
- Grupna taktika odbrane sa situacionim vježbama,
- Kolektivna taktika odbrane sa kompleksnim vježbama.

## **Na kampu vas očekuju !**

**Intenzivni treninzi:** Fokus na tehničke, taktičke i fizičke aspekte rukometa.

**Stručni tim:** Rad sa vrhunskim trenerima i bivšim profesionalnim rukometašima.

**Edukativne radionice:** Pored sportskih aktivnosti, polaznici će imati priliku da prisustvuju predavanjima o pravilnoj ishrani, psihološkoj pripremi i prevenciji povreda.

**Obavezni sadržaji su:** pravila rukometne igre, izleti. Po izboru je posjeta muzejima i Galeriji savremene umjetnosti na Cetinju, kulturno- zabavni sadržaji i razna takmičenja.

**Preljepa priroda:** Treninzi i aktivnosti na svježem planinskom vazduhu, na padinama Lovćena.

## **NAPOMENA:**

1. Svi učesnici kampa treba da dođu u Kamp između 11,00h do 12,00h, odlazak je planiran poslije završnog turnira u 11,00h.

2. Polaznici kampa su obavezni da ponesu sa sobom: dovoljno sportske opreme za dva treninga dnevno, dva raznobojna dresa, peškire za ličnu higijenu i zdravstvenu knjižicu.

3. Svim klubovima čiji su igrači/ce evidentirani na širem spisku mlađih reprezentativnih selekcija, preporučujemo da ih pošalju na Kamp „Šampion“ gdje će biti izvršena dataljna selekcija za pionirske i kadetske reprezentacije.

4. Učesnici kampa **NISU** posebno osigurani (povrede na treningu i sl.), pa ih roditelji mogu prije dolaska na Kamp individualno osigurati od povreda u toku održavanja Kampa, kao i eventualnih komplikacija nakon povrede ili operativnog zahvata za koje RSCG neće snositi odgovornost.

U Kampu će 24. sata dnevno biti na raspolaganju **ljekar** i ambulanta sa neophodnim lijekovima.

6. Sva djeca koja ne budu poštovala pravila ponašanja na Kampu (kućni red, raspored i satnicu dnevnog rada) **biće udaljena sa Kampa**, na način, što ćemo obavijestiti roditelje i djecu vratiti kući.

7. Mobilni telefoni će biti kod djece samo u određeno vrijeme u toku dana, da ne bi remetili san i obavezni popodnevni odmor! Molimo vas da to poštujete. Roditeljima će bit stalno dostupni kontakt telefoni trenera za sve slučajeve hitnih poziva.

**KONTAKT:** za sve dodatne informacije vezane za reprezentativne selekcije možete se javiti:

-**Tehničkom rukovodiocu** Maksimu Šćekiću, Mob. tel. 068 012 068 Mail: hfmontenegro@t-com.me i

- **Direktoru kampa**, Dobrislavu Vujoviću Mob. tel. 069 470 526.

**Direktor Kampa**  
Prof. dr Dobrislav Vujović