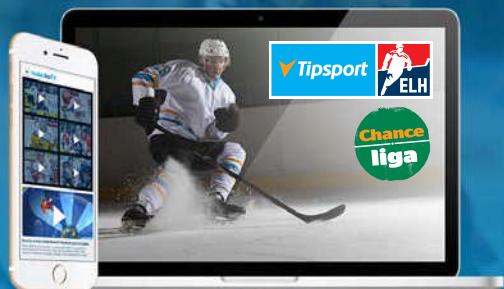


# BULLETIN



19. 12. / 16:00



hokejkaTV.cz  
**ŽIVÉ PŘENOSY**

z Tipsport extraligy a Chance ligy  
**PŘEDPLATNÉ JIŽ V PRODEJI!**



# PARTNEŘI LVÍHO BULLETINU



# Mountfield


## MEDIÁLNÍ PARTNEŘI

**BLESK**

**deník**

HITRÁDIO  
**ČERNÁ HORA**  
více muziky...

**PRÁVO**

# HRADČTÍ LVI MOHOU PROTI KARLOVÝM VARŮM PŘIDAT ŠESTOU VZÁJEMNOU VÝHRU V ŘADĚ



Vážení hokejoví příznivci,

právě v tuto chvíli máte v rukou poslední tištěný výtisk Lviho bulletinu. Od příštího domácího utkání, tedy duelu Mountfieldu HK s třineckými Oceláři 28. prosince, si budete moci toto populární předzápasové periodikum stáhnout v elektronické podobě do nové aplikace, kterou jsme pro vás v průběhu sezóny připravili. Samozřejmě kompletní bulletin také najdete na webových stránkách klubu. Díky tomu, že nebude muset projít tiskárnou, už se nestane, že byste v něm neměli před daným domácím duelem aktuální údaje.

Hradečtí Lvi mají za sebou dvě porážky, ale v posledním duelu s pražskou Spartou před přestávkou ukázali, že mohou potěšit svého fanouška i v situaci, kdy neodejdou v roli vítěze. Jak říkal obránce Richard Nedomlel, na tohle utkání musíme umět po pauze navázat.

Do ČPP Arény přijíždí soupeř, proti kterému by svěřenci Tomáše Martince mohli uspět. I když tým, který má delší neúspěšnou sérii, vždy dělá vše pro to, aby černá šňůra skončila. Právě v takové situaci je aktuálně Energie, která prohrála pět posledních duelů. Možná i proto se trenérský tým rozrostl o jednoho asistenta – dlouholetého kapitána týmu a velkého srdcaře Václava Skuhravého, který po minulé sezóně ukončil hráčskou kariéru.

Hradci se teď proti Karlovým Varům daří. Lvi vyhráli pět vzájemných utkání v řadě s gólovým poměrem 21:7. Tak věřme, že tuto vítěznou vlnu i slibnou produktivitu hokejisté Mountfieldu HK protáhnou o další utkání!

**Hradec, olééé!!!**

Tomáš Borovec, Mountfield HK, a.s.

# MOUNTFIELD HK



Mountfield HK, a.s., Komenského 1214/2, 500 03 Hradec Králové

Klubové barvy: černá, bílá, červená

www.mountfieldhk.cz

BRANKÁŘI		Ročník	Národnost	Záp.	Min.	Střely	Zás.	Prům.	%	SO
1	Lukeš Štěpán	1996	ČR	16	937	418	384	2,18	91.87	3
31	Kiviaho Henri	1994	Finsko	15	881	386	356	2,04	92.23	1
OBRÁNCI		Ročník	Národnost	Záp.	Góly	Asis.	Body	+/-	T. min	
55	Blain Jérémie	1992	Kanada	30	7	15	22	16	20	
12	McCormack Graeme	1991	Kanada	30	3	16	19	8	8	
45	Pavlík Filip "A"	1992	ČR	30	7	5	12	1	16	
72	Jank Bohumil	1992	ČR	27	4	1	5	12	26	
10	Gaspar Michael	1999	ČR	25	0	3	3	0	4	
77	Nedomlel Richard	1993	ČR	30	1	1	2	14	8	
41	Šalda Radim	1999	ČR	16	0	1	1	-1	4	
29	Kalina Petr	1997	ČR	23	0	1	1	0	2	
ÚTOČNÍCI		Ročník	Národnost	Záp.	Góly	Asis.	Body	+/-	T. min	
17	Oksanen Ahti	1993	Finsko	30	12	11	23	13	4	
26	Jergl Aleš	1994	ČR	30	9	14	23	11	10	
33	Klíma Kevin	1997	USA	29	9	10	19	9	28	
70	Smoleňák Radek "C"	1986	ČR	30	9	10	19	6	26	
94	Perret Jordann	1994	Francie	30	7	10	17	17	15	
30	Lev Jakub "A"	1990	ČR	30	7	10	17	2	28	
21	Lalancette Christophe	1994	Kanada	29	5	7	12	7	10	
67	Klíma Kelly	1997	USA	23	2	6	8	2	29	
6	Cingel Lukáš	1992	Slovensko	13	3	3	6	2	4	
42	Koukal Petr	1982	ČR	29	2	4	6	1	16	
32	Orsava Jakub	1991	ČR	29	2	3	5	-6	10	
62	Pilař Radek	1996	ČR	30	2	3	5	1	6	
63	Patrik Lamper	1993	Slovensko	15	2	1	3	2	2	
51	Šimek Pavel	2005	ČR	1	0	0	0	0	0	
66	Veselý Jan	1994	ČR	1	0	0	0	0	0	
20	Lang Kryštof	2002	ČR	1	0	0	0	0	0	
15	Pajer Lukáš	2003	ČR	1	0	0	0	0	0	
69	Martin Štohanzl	1999	ČR	3	0	0	0	0	2	
14	Miškář Patrik	1996	ČR	3	0	0	0	-1	0	

## REALIZAČNÍ TÝM

Tomáš Martinec - hlavní trenér  
 Ladislav Čihák - asistent trenéra  
 Petr Svoboda - asistent trenéra  
 Michal Tvrdík - kondiční trenér  
 Robert Horyna - trenér brankářů  
 Patrik Stehno - videotrenér

Ladislav Souček - vedoucí mužstva  
 Tomáš Bartoň - masér  
 Petr Pluhař - kustod  
 Radovan Sakaláš - fyzioterapeut  
 Jakub Dudek - fyzioterapeut  
 MUDr. Jan Vícha, MUDr. Jan Folvarský - lékaři



# HC ENERGIE KARLOVY VARY

HC Energie Karlovy Vary s.r.o.  
KV Arena, Západní ulice 1812/73, 360 01 Karlovy Vary  
Klubové barvy: **bílá, šedá, černá**  
[www.hokejkv.cz](http://www.hokejkv.cz)

BRANKÁŘI		Ročník	Národnost	Záp.	Min.	Střely	Zás.	Prům.	%	SO
35	Novotný Filip	1991	ČR	23	1320	724	660	2,91	91.16	3
85	Habal Ladislav	1991	ČR	9	487	221	197	2,96	89.14	0
OBRÁNCI		Ročník	Národnost	Záp.	Góly	Asis.	Body	+/-	T. min	
7	Plutnar Michal	1994	ČR	30	6	13	19	5	28	
63	Parkkonen Patrik	1993	Finsko	27	1	6	7	-7	6	
77	Havlín Tomáš	1996	ČR	30	1	5	6	7	10	
72	Dlapa Ondřej	1991	ČR	29	0	6	6	2	36	
51	Pulpán Lukáš "A"	1985	ČR	30	1	4	5	4	22	
90	Rohan Martin	1990	ČR	27	0	3	3	2	2	
44	Vodička Petr	1997	ČR	1	0	0	0	-1	2	
58	Weinhold Martin	1997	ČR	7	0	0	0	-1	2	
33	Doudera Lukáš	1998	ČR	9	0	0	0	2	2	
ÚTOČNÍCI		Ročník	Národnost	Záp.	Góly	Asis.	Body	+/-	T. min	
64	Kohout Martin	1995	ČR	29	6	15	21	6	10	
5	Vondráček Tomáš "C"	1991	ČR	28	13	6	19	-3	27	
9	Flek Jakub	1992	ČR	30	7	12	19	2	4	
30	Rachůnek Tomáš "A"	1991	ČR	28	7	9	16	-3	2	
10	Koblasa Petr	1993	ČR	26	7	5	12	5	32	
25	Kulich Jiří	2004	ČR	30	7	4	11	7	4	
21	Černocho Jiří	1996	ČR	11	8	2	10	5	4	
8	Beránek Ondřej	1995	ČR	30	5	4	9	8	6	
67	Hladonik Jan	1999	ČR	27	4	5	9	-4	4	
23	Mikúš Tomáš	1993	Slovensko	10	3	4	7	2	4	
17	Redlich Tomáš	1993	ČR	29	2	4	6	-8	6	
76	Osmík Martin	1996	ČR	28	2	2	4	-9	18	
15	Průžek Jiří	1998	ČR	21	1	2	3	-1	2	
23	Jiskra Vít	2001	ČR	2	0	0	0	0	0	
26	Šik Otakar	2000	ČR	6	0	0	0	0	0	

## REALIZAČNÍ TÝM

Martin Pešout - hlavní trenér  
Tomáš Mariška - asistent trenéra  
Václav Skuhravý - asistent trenéra  
Pavel Kněžický - trenér brankářů  
Vojtěch Polák st. - kustod

Tomáš Lengö - kustod  
Daniel Kubelka - vedoucí mužstva  
David Merc - kustod a masér  
MUDr. M. Vinš - lékař  
MUDr. J. Budín - lékař



**H**istorie klubu sahá do roku 1932, kdy byl několika nadšenci po těžkých začátcích založen klub SK Slavia Karlovy Vary. První hokejové zápasy se hrály na kluzišti v městské části Růžový vrch. Až v roce 1948 byla vybudována umělá ledová plocha uprostřed Karlových Varů.

Krátce po svém založení se karlovarský hokej vyšplhal mezi československou elitu. Avšak právě tato léta byla pro Karlovy Vary na dlouhá desetiletí obdobím poslední velké slávy. V sezóně 1954–55 se totiž zranili klíčoví hráči a následoval sestup do druhé ligy. Do roku 1990 Karlovy Vary spíše živořily a hokej zde nebyl na rozkvětu. Za podpory firmy Jana Bechera ale začal karlovarský hokej stoupat opět k výšinám.

V sezóně 94/95 se podařilo postoupit ze druhé do první ligy, kde již klub startoval pod názvem HC Becherovka a pod vedením nové úspěšné trenérské dvojice Marek Sýkora – Radim Rulík. Ti klub dovedli k absolutní hokejové špičce. V sezóně 96/97 Vary druhou nejvyšší soutěž vyhrály, ale v baráži o extraligu podlehly v sedmizápasové bitvě Opavě. Přesto se

v Karlových Varech začala hrát nejvyšší soutěž, protože klub odkoupil práva od krachující Olomouce. V první extraligové sezóně se HC Becherovka sice umístila na předposledním, třináctém místě, přesto se ale mluvilo o úspěchu.

V dalších letech se postupně stabilizoval hráčský kádř sponzorské zázemí i práce s mládeží. Po dlouhých letech hledání respektu a bojích v nižších patrech extraligové tabulky se klub pod novým názvem HC Energie začal hlásit o nové úspěchy. V ročníku 2007/08 si Karlovy Vary zahrály finále extraligy, což způsobilo v lázeňském městě nevidanou euforii. Tehdy to ještě nevyšlo, titul přišel až o rok později, a to opět ve finále proti Slavii. Ačkoli to zní neuvěřitelně, karlovarští získali historicky první mistrovský titul na původní

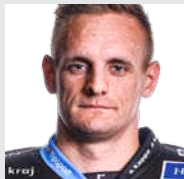
stadionu. Hned poté se klub přestěhoval do nové KV Arény.

Od chvíle, co Západočeši dobyli titul a přestěhovali se do nového stánku, šli výsledkově hodně dolů. V následujících sezónách obsazovala Energie pozice daleko od míst znamenajících boje o play off. V sezóně 2015/16 ještě v baráži karlovarští extraligu uhájili, o rok později se to už ale nepovedlo a po 20 letech opustili nejvyšší soutěž. Naštěstí pro fanoušky Energie, nižší soutěží byla ve Varech jen tu nejkratší možnou dobu. Západočeši se vrátili zpět a v trenérském křesle dostal důvěru Martin Pešout.

Trápení karlovarského hokeje pokračovalo i v minulých letech. V základní části skončili Západočeši nejlepe na devátém místě. V sezóně 2019/20 byli Mountfieldu HK soupeřem v předkole play off, ročník se ale kvůli pandemii koronaviru nedohrál. Minulý ročník Energie výborně odstartovala a v první polovině patřila mezi nejlepší týmy extraligy. Po Novém roce se ale vše otočilo a Vary nakonec musely do předkola. Sezónu ukončily v první vyřazovací sérii, když nestačily na Pardubice.

Poté došlo na velké loučení, protože kariéru ukončila karlovarská legenda. V 42 letech pověsil brusle na hřebík Václav Skuhřavý, který byl kapitánem týmu dlouhých 14 sezón. Před pár dny se ale stal u A-týmu novým asistentem trenéra. Bude se tak snažit povzbudit tým, který po sérii porážek klesl až na 13. místo tabulky. V průběhu ročníku klub opustil útočník Patrik Mišáň, který se vrátil pod křídla Mountfieldu HK. Naopak zpět do Karlových Varů zamířil ze Zlína Tomáš Mikůš.

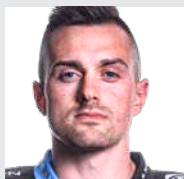
# TAHOUNI VARŮ



**5**

**Tomáš Vondráček**  
útočník, 30 let

Po velice dlouhé době si v Karlových Varech budou muset zvykat na to, že „C“ na dresu už nebude mít Václav Skuhravý. Ikona Energii ukončila kariéru, předsedala na trenérinu, a po 14 letech tak má Energii nového kapitána – Tomáše Vondráčka. Logicky. Nabízí totiž podobné vlastnosti jako jeho předchůdce – zarputilost a bojovnost. Vondráček se narodil v Třebíči, kde také hrál hokej až do přechodu mezi dospělé. Poté si levé energické křídlo vyhlédl v Brně. S Kometou byl zcela, anebo částečně, spojen sedm let. Nejprve zde hostoval, později naopak jako kmenový hráč dvě sezóny pomáhal Pardubicím. V dresu Karlových Varů vstoupil do třetí sezóny, když ta uplynulá byla velice úspěšná i produktivně. Se 16 góly v základní části byl třetím nejlepším střelcem týmu.



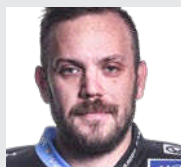
**9**

**Jakub Flek**  
útočník, 28 let

Rychlonohý útočník se narodil v Mariánských Lázních, v mládežnických kategoriích už ale oblíkal dres Plzně. V dorostu to nevypadalo, že by z drobnějšího hráče měl vyrůst budoucí český reprezentant, v 17 letech totiž ukončil kariéru. Po roce ale začal hrát krajský přebor a postupně se prokousal až do extraligy. V nejvyšší domácí soutěži nezná jinou než karlovarskou kabínu. V minulé sezóně byl Flek nejproduktivnějším hráčem Energie a na světovém šampionátu v Rize patřil i přes celkový neúspěch týmu k nejlepším hráčům českého výběru. Vše nasvědčovalo tomu, že v létě půjde za svým snem a získá angažmá v zahraničí. Má ale ještě platnou sezónu ve Varech a výstupní klauzuli časově nestihl využít.

## POSLEDNÍ ZÁPASY HRADEC

HRADEC	SPARTA	<b>3:4</b> p
LIBEREC	HRADEC	<b>2:1</b>
HRADEC	Č. BUDĚJOVICE	<b>3:2</b> p
VÍTKOVICE	HRADEC	<b>1:2</b> p
HRADEC	LITVÍNOV	<b>3:2</b>



**30**

**Tomáš Rachůnek**  
útočník, 30 let

Pochází ze zlínské hokejové rodiny. Bratr Karel odehrál stovky zápasů v NHL a KHL, byl mistrem světa, než tragicky zahynul s týmem Jaroslave při pádu letadla. O 10 let starší bratr Ivan má v nohách téměř 700 utkání v české extralize. Tomáš se přes Zlín, Vsetín a Znojmo dostal do Sparty a následně i KHL, kde sbíral body za Lev Praha, Novokuzněck a Slovan Bratislava. V roce 2015 podepsal technický útočník smlouvu v Karlových Varech a hned následující ročník byl v Energii nejproduktivnějším hráčem. Po další vydařené sezóně podepsal smlouvu v Liberci, kde se mu ale tolik nedařilo a po půl roce byl zase zpět na západě Čech. V 11 zápasech také oblíkl Tomáš Rachůnek reprezentační dres.

## VZÁJEMNÉ ZÁPASY

### VZÁJEMNÉ ZÁPASY 2021/22

MOUNTFIELD HK	KARLOVY VARY	<b>3:2</b>
KARLOVY VARY	MOUNTFIELD HK	<b>1:4</b>

### POSLEDNÍ ZÁPASY KARLOVÝCH VARŮ

VÍTKOVICE	KARLOVY VARY	<b>6:1</b>
BRNO	KARLOVY VARY	<b>3:2</b>
KARLOVY VARY	LITVÍNOV	<b>2:3</b>
PLZEŇ	KARLOVY VARY	<b>3:2</b>
KARLOVY VARY	SPARTA	<b>4:5</b> p

### ZMĚNY V TÝMU

#### PŘÍCHODY:

**Václav Skuhravý, asistent trenéra**  
**Tomáš Mikuš, útočník** (Zlín)  
**Tor Immo, útočník** (Bratislava Capitals)  
**Jaroslav Kracik, útočník** (Litoměřice - Chance liga)



#### ODCHODY:

**Patrik Miškář, útočník** (Hradec Králové)  
**Tomáš Hanousek, obránce** (Zlín)  
**Jaroslav Kracik, útočník** (Litoměřice - Chance liga)  
**Tor Immo, útočník** (Znojmo - Chance liga Capitals)

VZDÁLENOST OBOU KLUBŮ: 252 km  
NEJSTARŠÍ HRÁČ: **Lukáš Půlpán – 36 let**  
NEJMĚLADŠÍ HRÁČ: **Jiří Kulich – 17 let**  
NEJVYŠŠÍ HRÁČ: **Ondřej Dlapa – 193 cm**  
NEJNIŽŠÍ HRÁČ: **Jakub Flek – 174 cm**  
NEJTĚŽŠÍ HRÁČ: **Ondřej Dlapa – 104 kg**  
NEJLEHČÍ HRÁČ: **Jakub Flek – 74 kg**

VĚKOVÝ PRŮMĚR TÝMU: **25,5 roků**

# SPORTPARK

# HIT



## MULTIFUNKČNÍ SPORTOVNÍ AREÁL

**TENIS - BADMINTON - BEACH VOLEJBAL**  
**FITNESS - WELLNESS - FYZIO - MASÁŽE**  
**MULTIFUNKČNÍ HŘIŠTĚ - MINI ARÉNA - DĚTSKÉ HŘIŠTĚ**  
**RESTAURACE - SPORTSBAR - SPORTOVNÍ OBCHOD**



Sportovní areál v Třebši, Hradecká 775/115  
[www.sportparkhit.cz](http://www.sportparkhit.cz) ☎ +420 721 011 350





MOUNTFIELD HK

SKÓRUJPRO...

SKÓRUJTE SPOLU S A-TÝMEM PRO DOBROU VĚC!

# POMOZTE HENDIKEPOVANÝM DĚTEM!

Prvním prosincovým zápasem startuje stejně jako v minulých letech charitativní akce, do které se můžete zapojit i Vy. Pojďme opět pomoci těm, kteří to potřebují!

JAKÝM ZPŮSOBEM?

**1 GÓL = 1 PUK**

Každý vstřelený gól hradeckým týmem může přinést hendikepovanému dítěti minimálně 1 000 korun. Stačí, pokud si v dané hodnotě krátce po vstřelení gólu rezervujete přes webové stránky klubu puk, který je vyroben ve speciální edici. Každý dárcce bude za svou podporu odměněn poděkováním od hráče, jehož gól (puk) si zarezervuje. Kotouč bude opatřen klubovým logem, logem charitativní akce a originálním podpisem hráče, který skóroval.

**DO AKCE SE OPĚT ZAPOJÍ TAKÉ HOKEJOVÁ KABINA.** Hráči hradeckého A-týmu přispějí každému dítěti v jednotlivých měsících částkou **5 000 Kč.**

## V PROSINCI SKÓRUJEME PRO **NATÁLKU**

Natálka se narodila téměř 4 týdny před plánovaným termínem z důvodu předčasného odtoku plodové vody. Porod proběhl bez komplikací. V porodnici prodělala Natálka novorozeneckou žloutenku, ale navíc ji doprovázely třesy horních končetin. Postupem času přestala po motorické stránce stíhat své vrstevníky. Po svých prvních narozeninách začala Natálka s celkovou rehabilitací. V 18 měsících podstoupila kompletní neurologické vyšetření včetně magnetické rezonance. Tehdy se rodičům život otočil vzhůru nohama. Lékaři diagnostikovali Natálce dětskou mozkovou obrnu, konkrétně spastickou diparézu. Příčina tohoto onemocnění je zatím jedna velká neznámá. Nyní, ve svých 2 a půl letech Natálka pravidelně dochází na rehabilitace, hipoterapii i na různá neurorehabilitační cvičení. Řadu z nich ale rodiče musí financovat sami. Zatím Natálka samostatně nechodí, ale všichni věří, že jednou to zvládne.

Pomozte i vy k nákupu kompenzačních pomůcek a dalších hipoterapií.

**SKÓRUJ S NÁMI PRO DOBROU VĚC  
A POMOZ NATÁLCE V JEJÍM DALŠÍM ROZVOJI!**





FANSHOP.MOUNTFIELDHK.CZ



# HRADEC POMÁHÁ

## DĚTSKÉMU DOMOVU V KENI K NOVÉ STŘEŠE

výtěžek z prodeje produktů Winter Hockey Games  
poputuje dětskému domovu Born Again  
na financování nové střechy

*Děkujeme*

# ZIMNÍ PUTOVÁNÍ SE LVEM GUSTÍKEM...ZA POKLADEM!



hledej lvíčky  
v ulicích  
města Hradec  
Králové

vyřeš úkoly, sestav kód a otevři truhlu s pokladem

[gustik.cz](http://gustik.cz)



**94**

**ÚTOČNÍK**

**Jordann PERRET** 

narozen: 15. 10. 1994 / výška: 179 cm / váha: 80 kg / hůl: levá

94

JORDANN PERRET 

narozen: 15. 10. 1994 / výška: 179 cm / váha: 80 kg / hůl: levá

Francouzský reprezentant Jordann Perret je jedním z nejrychlejších hokejistů v nejvyšší české soutěži. Díky svým rychlostním schopnostem je velice platným hráčem do brejkových situací a také během oslabení. Obětavý a na svou postavu velmi odolný útočník ukazoval svůj hokejový talent už od mládí. Poprvé oblékl reprezentační dres v 18 letech a od té chvíle pomáhá národnímu týmu pravidelně. Účastní se světových šampionátů a zahrál si také kvalifikaci na OH. Ve Francii hrál dlouhá léta za Grenoble, vyzkoušel si rok v nejlepším tanním celku z Rouenu a poté se vydal do Čech. Po dvouleté štači v Pardubicích podepsal smlouvu v Hradci Králové. Pod křídly Mountfieldu HK si Perret udržuje stabilní výkonnost a už teď je jasné, že bodově prožije svou nejvydařenější sezónu za pět let v nejvyšší české extralize.

### ÚSPĚCHY:

- v sezóně 2014/15 se stal nejlepším mladým hráčem francouzské ligy
- v sezóně 2015/16 získal titul nejvyšší francouzské ligy v barvách Rouen Dragons
- na světových šampionátech odehrál ve francouzském dresu 28 zápasů

### ZAJÍMAVOST:

Během léta vymění Jordann Perret brusle za vysokohorské nebo cyklistické boty. Se svými přáteli často vyráží na výšlapy a výjezdy v horách odkud pochází.

#### 1 CO MÁM NA HOKEJI NEJRADĚJI?

Hrát hokej je velká zábava.

#### 2 K JAKÉ ČINNOSTI BY MĚ NIKDO NEPŘEMLUVIL?

K tanci na ledě.

#### 3 KTERÝCH 5 VĚCÍ BYCH SI VZAL NA OPUŠTĚNÝ OSTROV?

Jídlo, vodu, oheň, nůž a kšiltovku.

#### 4 JAKOU JSEM DOSTAL PRVNÍ POZNÁMKU VE ŠKOLE?

Žádnou, byl jsem vzorný žák. ☺

#### 5 KTERÉ ZVÍŘE SE MI V PŘÍRODĚ LÍBÍ NEJVÍC A PROČ?

Nejvíce se mně líbí medvěd pro jeho neohroženost.

### NÁZOR ODBORNÍKA:

Jeden z nejrychlejších hráčů v extralize. Bojovník, který se při každém střídání obětuje pro svůj tým.



# Vánoční tradice

## HRADECKÝCH HOKEJISTŮ



*Jordan Perret*

„Pokud to jde, sejdem se celá rodina a dáme si nějaké tradiční francouzské jídlo jako foie gras, nebo uzeneho lososa.“

*Patrik Miškáš*

„Dávám rád šupiny od kapra pod talíř, především pod ten můj.“ ☺

*Petr Kalina*

„Za každého počasí jdeme po večeri na krátkou procházku.“

*Ansi Kiviaka*

„Po klasické finské štědrovečerní večeři nesmí chybět tradiční sauna.“

*Radim Šalda*

„Už od malička pečou s maminkou cukroví a pak si ho poctivě sním.“ ☺

*Lukáš Cingel*

„Na Štědrý den před večeří nejíme, pak přijde na řadu šestichodové menu.“

*Jeannie Blain*

„Nic výjimečného. Sejde se celá rodina a u stolu je hodně lásky a dobré nálady.“

*Kevin a Kelly Klímovi*

„Od rána až do večera je rodina spolu, hodně jídla, hodně pití a stále se mluví.“

*Jakub Orava*

„Zasedneme ke stolu s první hvězdou a pak jdu se synkem vyhlížet Ježíška.“

*Eraeme McCosmack*

„25. 12. máme velkou snídani po rozbalení dárků. Večer se rodina sejde u večeře, kdy je krocan a pak cukroví.“

*Filip Paulík*

„Štědrý večer nemohl být bez vánoční mše, ale současná doba tuhle tradici narušila.“

*Radek Smoleňák*

„Od malička jezdím během Štědrého dne krmit labuť do Prahy na Kampu.“

*Jakub Leu*

„Večeřet začínáme hned jak se sešerí, aby bylo hodně času na dárky.“ ☺

*Bohuslav Janek*

„Jíme, jíme, jíme a jíme!“ ☺



*Maschio  
nel momento*

www.cantinemaschio.it



CANTINE  
**MASCHIO**

[www.cantinemaschio.it](http://www.cantinemaschio.it)



**DĚKUJEME  
ZA VAŠI PŘÍZEŇ**



**RESTAURACE  
PIVOVARSKÉ  
DOMY**

rezervace 734 245 400

[www.pivovarskedomy.cz](http://www.pivovarskedomy.cz)





## RICHARD NEDOMLEL: NESMÍME JIM DÁT ŠANCI POMÝŠLET NA ÚSPĚCH

**V**roce 2018 uspěl Richard Nedomlel v Hradci Králové na zkoušce a od té chvíle se stal oporou defenzivní hry Mountfieldu HK. Barvy hradeckých Lvů hájí už ve čtvrté extraligové sezóně, ve které opět tvrdí muziku, ale zatím až nečekaně vyhýbá trestné lavici. Bek, který dokázal v sezóně překročit hranici 100 trestných minut, má v tomto ročníku na svém účtu pouze 4 menší tresty.

Zatím se mi docela daří nebýt často vylučován, ale rozhodně to nechci zakřiknout. To takhle přijde dané téma a šup, další zápas si tam sednu hned třikrát (*usmívá se*). Může to být většinou zkušenostmi, které ale člověk vnímá tak nějak podvědomě. Nemyslím si, že bych nějak měnil svůj styl hry. Víím, jakou mám roli na ledě.

**Měli jste pár dnů na to, abyste si odpočinuli. Jak moc přišla vhod reprezentační přestávka?**

Sezóna je opravdu dlouhá, takže pár dnů bez hokeje přijde vhod, když můžete být i více hodin pohromadě s rodinou. Navíc člověk nabourá stereotyp, kdy je každý den na zimáku a pak může pročistit hlavu.

**Měli jste před pauzou několik utkání, kdy to nebylo herně úplně ono. V čem konkrétně to mohlo být?**

Už jsme v půlce sezóny a samozřejmě soupeři se na nás stále lépe a lépe připravují. Stejně ale i my na ně. Každý, si myslím, že pochopí, že se nedá vyhrávat pořád. Podle mě ovšem i ty nepovedené zápasy mají svůj přínos. Ukáží nám, co je potřeba vylepšit a nedají nám možnost usnout na vavřínech. Prostě se učíme z vlastních chyb.

**Aby tam nebyly ve chvíli, kdy půjde na konci sezóny do tuhého?**

Přesně tak. Teď se nemůžeme dívat na to, jestli jsme druží, nebo čtvrtí. Stále je před námi hodně soubojů. Musíme každý zápas odehrát na maximum celých šedesát minut, abychom se v závěru základní části mohli ve větším klidu připravit na play off.

### **Obranné dvojice máte hodně stabilní, dodá to takovou větší vnitřní pohodu?**

Vždy je dobré, když sestava příliš nerotuje. Někdy je to ale potřeba, ať už kvůli zranění, nebo když se herně příliš nedaří. Já osobně hraji s Blainisem (*Blainem*) už od minulé sezóny, takže jsme na sebe hodně zvyklí a víme, co od sebe můžeme očekávat. A tak to mají i ostatní páry, i když vedle Kaci (*Filipa Pavlika*) se častěji prostřídávají mladší hráči.

### **Poslední zápas před přestávkou jste se Spartou ztratili, ale hokejově to nebylo vůbec špatné. Byl to výkon, na který byste chtěli navázat?**

Utkání se Spartou mělo snad všechno, přišlo mi to jako zápas play off. Od něj se



určitě odrazíme, ale chtělo by to makat úplně stejně.

### **Jak budou nebezpečné Karlovy Vary?**

Je to rychlý a bruslivý tým, budou létat nahoru dolů. Tady bude důležité, abychom dokázali makat celých šedesát minut, nedali jim šanci pomýšlet na nějaké body. Pak vyhrájeme.

### **Odchovanec a dlouholetý lídr týmu Václav Skuhravý se stal před pár dny**

### **novým asistentem trenéra u A-týmu. Jak velkým motivátorem se může stát ve chvíli, kdy se Energii nedaří?**

Tak Venca je velice zkušený borec, takže určitě má klukům co nabídnout. Navíc tam je přes 20 let, takže do toho dá i srdce. Zažil toho spoustu, a i kdyby měl předávat jen malé rady, rozhodně to může týmu jen pomoci.

### **Vánoce se blíží, už jsi na ně pomyslel?**

Nějaké dárky už nakoupené mám a na Vánoce se těším. I na ty v kabině, kdy si s klukama dáváme různé srandičky a užijeme dost legrace. Hlavně si to pak ale každý užije se svými rodinami, alespoň těch pár hodin, protože mi už 25. prosince máme trénink.

### **Máte v rodině nějakou vánoční tradici?**

My jsme v rodině odjakživa měli řízky, klobásu a salát, takže v tom rok co rok pokračujeme.



# TECHNIKA A PRÁCE S MLÁDEŽÍ

## HRADEC HOSTIL TRENÉRSKÝ SEMINÁŘ

V úterý 14. prosince se pod Bílou věží sjelo na třicet hokejových trenérů z celého Královéhradeckého kraje, aby se zúčastnili semináře na rozvoj trenérských schopností. V rámci přednášek i praktických cvičení na ledě se zdokonaľovali ve výuce bruslení i v práci s mládeží. Na kluzišti se objevili také dva hráči A-týmu, kteří vzdělavací akci vzali jako doplněk ke svým trenérským licencím.

Ačkoliv v zápase jsou nejvíce vidět hráči, důležitou roli v týmu hrají také trenéři. I oni se přirozeně chtějí neustále zlepšovat, k čemuž jim slouží různé workshopy a semináře. Jeden takový se v úterý odehrál pod Bílou věží. Ve spolupráci s klubem Mountfield HK a Krajským svazem ledního hokeje byli do východočeské metropole pozváni zástupci všech klubů v kraji. Ti pak byli vedeni regionálními trenéry a skill kouči, kteří byli pověřeni Českým hokejem. Seminář

se skládal z přednášek s videoukázkami a z praktické části na ledě, kde se trenéři věnovali hlavně technikám stěžejním pro mladší hráčské kategorie – bruslení, jízď na hranách a přenášení váhy.

Jedním z organizátorů akce byl i vedoucí sportovních tříd a trenér mládeže Mountfieldu Martin Stehno. Ten si výsledek akce pochvaluje a mrzí ho, že ne všichni přijali pozvání se semináře zúčastnit. „**Byl jsem velice spokojený, protože se**

**trenéři zapojovali do diskuzí, ptali se a zkoušeli si jednotlivé techniky bruslení, které jim skill koučové ukazovali. Bylo super i to, že jsme do toho zapojili naše mládežníky, kteří jim to ukazovali, aby věděli, jak to vypadá v praxi,**“ popisuje cvičení na ledě. Pro hladký průběh akce bylo všech třicet účastníků rozděleno do pěti skupin – každou vedl jeden hlavní trenér a k dispozici mu byli dva hráčtí mládežníci. Účast na semináři byla odměněna dvěma kredity, které trenéři mohou využít k prodloužení svých licencí. Hodily se tak i Radku Smoleňákovi a Bohumilu Jankovi, kteří akci oba z vlastního zájmu navštívili. Jak si ji užil druhý





imenovaný? **„Bylo to pro mě něco nového. Začal jsem dělat trenérinu a teď mám C. Chtěl bych se posunout dál. Tenhle seminář vlastně slouží k tomu, že se sbírají body, abych si mohl prodloužit licenci a založit si nějaké podhoubí k béčce,“** sdílí svou motivaci hradecký obránce.

Co přesně bylo na programu? **„V tomhle semináři šlo o oblouk – nájezd do oblouku, výjezd z oblouku, jak ty dětičky opravovat a jak je to naučit. Bylo to také zpříjemnění k mojí kariéře. Když si pár věcí ze základů uvědomíte, tak se taky můžete zlepšit,“** myslí si rodák z Písku, který se kromě trenérských dovedností přiučil i něco o technice. **„U nás není moc času na to, abychom se věnovali projíždění oblouků a trenér nás zastavoval, že**

**to děláme špatně. To, co jsme se naučili v mládeži, teď používáme v áčku, ale to že nám ukážou na malých dětech, co dělají špatně, nám může něco přinést. My dospělí hráči si to kolikrát můžeme v daném pohybu uvědomit a třeba i opravit,“** domnívá se hráč, který obléká dres s číslem 72.

Bohumil Jank sice příští rok oslaví teprve třicáté narozeniny, přesto si už nyní tvoří

základy pro možnou budoucí trenérskou kariéru. **„Hokej samozřejmě nebudu hrát do šedesáti a musím se nějakým stylem připravovat na to, že jednou skončím. Neříkám, že půjdu dělat trenéra hned, ale třeba mě to chytne a budu v tom tak zakousnutý, že do toho po kariéře vřítu. Chtěl bych mít něco stranou, o co bych se mohl teoreticky opřít,“** dodává na závěr.



Vydal Mountfield HK, a.s., uzávěrka 17. 12. 2021. Texty: Tomáš Borovec a Anna Marie Kokrhounová. Neoznačené fotografie: Stanislav Souček, archiv. Grafické zpracování: Euro Agency, s.r.o. Tisk: Tiskárna V&H Print Hlávko s.r.o.

# NOVÁ ŠKODA FABIA SEBEVĚDOMĚ SVÁ



**ŠKODA**  
SIMPLY CLEVER



Kombinovaná spotřeba a emise CO<sub>2</sub> vozu ŠKODA FABIA:  
5,0–6,0 l/100 km, 113,2–136,4 g/km

ilustrativní foto

Váš autorizovaný prodejce vozů ŠKODA:

**OLFIN Car s.r.o.**  
Na Rybárně 1670  
500 02 Hradec Králové  
Tel.: +420 495 521 222  
[www.olfincar.cz](http://www.olfincar.cz)

**Olfincar**

# POVOLENÉ *uvolnění*



*Luxusní vířivky*

[www.mountfield.cz](http://www.mountfield.cz)

**Mountfield**



Partneři Tipsport extraligy 2021/2022



marketingový partner

