

- [KLUB](#)
 - [ZÁKLADNÍ INFORMACE](#)
 - [DOMOVSKÁ HALA](#)
- [A-TÝM](#)
 - [AKTUALITY](#)
 - [W.H.I.L.](#)
 - [EVROPSKÉ POHÁRY](#)
 - [HRÁČSKÝ KÁDR](#)
 - [REALIZAČNÍ TÝM](#)
 - [ČESKÝ POHÁR ŽEN](#)
 - [ARCHÍV / HISTORIE](#)
- [MLÁDEŽ](#)
- [MULTIMÉDIA](#)
 - [FOTOGALERIE](#)
 - [DOWNLOAD](#)
- [MARKETING](#)
 - [MERCHANDISING](#)
 - [ODKAZY](#)
 - [PARTNEŘI](#)
 - [VSTUPENKY](#)
- [DHC TV](#)
- [KONTAKTY](#)

[DHC Sokol Poruba A-tým](#) Aktuality

Aktuality A-tým

DENÍK přinesl článek o prvoligovém týmu DHC Sokol Poruba B

23.3.2012, 10:19

 [DENÍK přinesl článek o prvoligovém týmu DHC Sokol Poruba B](#)

Ženská házená v Ostravě stojí zase na pevných základech. Prvoligový celek DHC Sokol Poruba B sní o medailové pozici. „Holky na to mají," říká Aleš Chrastina

Ostrava - Ženská házená v Ostravě prožívá zase dobré časy a vedení DHC Sokol Poruba se snaží celý klub postavit na pevných základech. Právě proto má i prvoligový celek DHC Sokol Poruba B vytvořeny velmi dobré, i když ryze amatérské podmínky.

Trenér aktuálně čtvrtého celku druhé nejvyšší soutěže Aleš Chrastina potvrdil, že prvoligový tým je pro chod celého klubu hodně důležitý. „Hrají za něj nejen mladé talentované dorostenky, ale také hráčky z interligového kádru, které jsou buď po zranění, nebo nedostávají v mezinárodní soutěži tolik prostoru. V Porubě navíc máme v týmu i několik zkušených hráček, které už nemají interligové ambice, ale házenou mají rády, a první ligu hrají pro radost," usmál se Aleš Chrastina.

Jak často trénujete?

Ono se to asi nezasvěcenému nezdá, ale i na první ligu se musí trénovat prakticky stejně jako v Interlize. Bez toho to doopravdy nejde. My trénujeme čtyřikrát týdně většinou v hale na Čapkárně nebo v Polance.

Loni jste vedl interligový celek Poruby. Rozdíl mezi oběma soutěžemi je asi obrovský.

Přesně tak, a to nejen v kvalitě týmů, ale i celkovém zázemí. V letošním ročníku první ligy se postupovými ambicemi netají Liberec, ale i on by se musel hodně posílit, aby hrál v Interlize důstojnou roli. My taky v

minulém roce sbírali v Interlize hlavně zkušenosti a hlavním cílem byla záchrana. Liberec by na tom byl podobně.

Jak k zápasům první ligy cestujete?

Většinou vlakem nebo autobusem. Ten využíváme hlavně v případech, kdy má stejného soupeře mladší a starší dorost. Já osobně mám raději vlak, je to pohodlnější cestování. Ale zase s ním se často domů dostanete někdy před půlnocí. A v tom je trošku problém, protože většina holek včetně mě chodí normálně do práce. Přežít se to ale dá.

V týmu Poruby B hraje i několik starších hráček, které svými zkušenostmi mladým spoluhráčkám hodně pomáhají. Co je u házené podle vás drží?

Já myslím, že to je hlavně to, že je házená pořád strašně baví. Bez lásky ke sportu by to už dávno nedělaly. Nám se na podzim podařilo vytvořit v týmu velmi dobrou partu a na jaře to jde znát i na výsledcích. Zatím jsme v Novém roce neprohráli a holky se chytily a daří se jim.

Jak se taková dobrá parta projevuje?

(směje se) Jsou to takové drobné detaily, které ve výsledku udělají strašně moc. My jsme měli v úvodu sezony trošku problém s posilami z interligového týmu, které se nedokázaly na první ligu přeorientovat. Pak jsme si s trenérem Jánem Beňadikem a hráčkami sedli a vše si vyříkali. Holky pochopily, co od nich vyžadujeme, a nahoru šly i výsledky. Je důležité, že si chodí první ligu zahrát s elánem a motivací. To pak i hra vypadá jinak.

Prakticky celý prvoligový celek je pravidelně k vidění na interligových zápasech.

Tak to je podle mě logické a správné, že se holky chodí dívat na nejlepší soutěž, která je u nás k vidění. Mě osobně těší, že řada opor z interligového celku se zase na oplátku chodí dívat na naše zápasy. Musím přiznat, že holky z mého týmu to vždycky potěší. Ono to ale svědčí i o tom, že v Porubě panují dobré vztahy a navzájem si fandíme.

Jak to máte s docházkami na trénink?

Je to v normě, i když se občas samozřejmě stane, že někdo z pracovních nebo studijních důvodů nemůže. Často se nám ale nyní stává, že k nám na trénink zavítají i holky z interligového kádru, které za nás občas hrají. To je pro synergii v týmu taky důležité.

Jaké ambice vůbec váš celek má?

Mě osobně by hodně potěšilo, pokud bychom skončili do třetího místa. Momentálně ztrácíme na Otrokovice tři body, ale hrajeme s nimi doma. I když od vedení žádné cíle nemáme, vždycky ve vás zvítězí taková ta soutěživost. Na jaře jsme neprohráli, tak věřím, že se na vítězné vlně udržíme co možná nejdéle.

Házená v Ostravě je na vzestupu, což vás určitě těší.

To je jasné a věřím, že se to časem projeví i na rozšíření mládežnické základny. Určitě je dobře, že tady máme po letech mezinárodní Interligu, protože hlavně mladé holky potřebují k motivaci vidět i své velké vzory. Ale je to v každém případě běh na dlouhou trať a mravenčí, často neviditelná práce hlavně žakovských trenérů. Právě oni pořádají náborů a snaží se nalákat do našich řad mladé holky se zájmem o házenou. A každý ví, jak to je dneska s dětmi a se sportem složitě. Už jsem ale říkal, že jsme v Porubě nastolili správnou cestu, a věřím, že z ní nesejdeme.

DHC SOKOL PORUBA B

Rozpočet prvoligového celku: 350 tisíc korun

Mistrovské zápasy hraje Poruba B v hale Sarezy v Ostravě-Přívoze nebo v hale na Čapkárně.

Soupiska:

Brankářky: Sabina Bártová, Petra Vavříková

Křídla: Lenka Hradilová, Ingrid Tischlerová, Andrea Očadlíková, Sylvie Osinová, Maria Revajová

Spojky: Renata Černá, Sabina Mališová, Beáta Šoborová, Denisa Urbanová, Alžběta Mikolajková, Alena Lešková, Barbora Mýlková, Lucie Mrózková

Pivotky: Lucie Šimečková, Denisa Nelhýblová, Jana Pytlíková, Alžběta Rehtorisová

Aleš Uher - Moravskoslezský deník (23. března 2012)

[... zpět](#)

- [AKTUALITY](#)
- [W.H.I.L.](#)
- [EVROPSKÉ POHÁRY](#)
- [HRÁČSKÝ KÁDR](#)
- [REALIZAČNÍ TÝM](#)
- [ČESKÝ POHÁR ŽEN](#)
- [ARCHÍV / HISTORIE](#)

- [- NADSTAVBA](#)

- [- PLAY OFF](#)

[Ostrava](#) [MSK](#) [Ostrava Poruba](#) [Molten](#) [Rehband](#) [Mol liga](#) [Ha-vel](#) [Joma](#)
[Národní sportovní agentura](#) [Český svaz házené](#) [G&E Trading](#) [Vodotech](#) [Aqualia](#) [Pod Zofinkou](#)
[Positiv](#) [Flix Home](#) [Nejstropy](#) [Promotion sense](#) [Vased](#) [Rusty Bell Pub](#)

MOL LIGA 2024/2025

Tým	Z	V	R	P	Scóre	B
1. MŠK Iuventa Michalovce	3	3	0	0	99:62	6
2. HC DAC Dunajská Streda	3	3	0	0	106:75	6
3. DHC Slavia Praha	3	3	0	0	84:64	6
4. DHK Baník Most	3	2	0	1	108:92	4
5. Handball club Zlín	3	2	0	1	83:80	4
6. Sokol Písek	3	2	0	1	91:98	4
7. Házená Kynžvart	3	1	0	2	75:73	2
8. DHK Zora Olomouc	3	1	0	2	90:104	2
9. HK Hodonín	3	0	1	2	77:94	1
10. DHC Plzeň	3	0	1	2	62:94	1
11. HK Slovan Duslo Šaľa	3	0	0	3	71:92	0
12. DHC Sokol Poruba	3	0	0	3	73:91	0

[Další fotogalerie](#)

Fotogalerie

[21.9.2024](#)

[Fotogalerie z utkání Sokol Poruba - Handball club Zlín](#)

[7.9.2024](#)

[Fotogalerie z utkání Sokol Poruba - Sokol Písek](#)

[6.9.2024](#)

[Tisková konference k zahájení nové sezóny](#)

[7.8.2024](#)

[Letní příprava](#)

Nejlepší střelkyně

[Ladajová Mária](#) [Bestová Kateřina](#) [Feldmannová Erika](#) [Vachtarčíková Karolína](#)

[Ladajová Mária](#) [Bestová Kateřina](#) [Feldmannová Erika](#) [Vachtarčíková Karolína](#) [Baumbachová Adéla](#)

[1 branka](#)

[1 branka](#)

[1 branka](#)

[Adéla Baumbachová](#)

Sponzoři

[Ostrava](#) [Moravskoslezský kraj](#) [Ostrava Poruba](#) [Národní sportovní agentura](#) [Český svaz házené](#)

Partneři MOL ligy

[Molten](#) [Rehband](#) [Mol liga](#)

© 2010 - 2024 DHC Sokol Poruba [Kontaktní informace](#) [Mapa stránek](#) Webové stránky vytvořilo [web-evolution](#)