

BOLA TO VYSOKÁ ŠKOLA HÁDZANEJ, HOVORÍ TRÉNER PREDKADETOV MICHAL BARAN PO ZÁPASOCH SO ŠPANIELMI

26.6.2026 - | Slovenský zväz hádzanej

Predkadetská reprezentácia chlapcov odohrala tento týždeň dva medzištátne zápasy v Španielsku. S domácou reprezentáciou dvakrát vysoko prehrala o 14, resp. o 28 gólov.

„Sám som nevedel, čo sa dá od týchto zápasov očakávať. Špekulovali sme aj s mojím asistentom, či budeme vôbec hrať v júni alebo nie. Trošku nám to nevyhovovalo, nakoľko mladší dorastenci koncom mája uzavreli sezónu a niektorí hráči 3-4 týždne netrénovali. Na druhej strane, ponuka od Španielska sa neodmieta. Veril som, že po dobrých výkonoch, ktoré sme hlavne v obrane predviedli nedávno s Rumunskom, Maďarskom aj v druhom polčase so Slovinskom, tieto dva zápasy zvládneme a bude to pre chlapcov veľká motivácia sa ukázať,“ začal rozhovor pre slovakhandball hlavný tréner našich predkadetov Michal Baran. „Bohužiaľ, ukázalo sa, že to asi nebolo dobré rozhodnutie. Pred prvým zápasom sme si povedali, že sa ideme pobiť o výsledok, dodržiavať náš systém obrana-útok, aby sme mu verili. Cieľom bolo hrať ako silný kolektív a ťahať spoločne za každých okolností. Začiatok zápasu nebol zlý, mali sme čisté šance a mohli sme ísť do vedenia o 2 góly, potom by sa ten duel vyvíjal možno úplne inak. Žiaľ, zahodili sme čisté šance, potom sa domáci dostali do faulu a keď Španieli viedli o 2-3 góly, hrali si svoju hru. Robili na nás enormný tlak v obrane, s čím sme sa nevedeli vysporiadať. Hrali vysunutú obranu 1-2-3, z ktorej prechádzali až do 3-3, alebo aj veľmi ofenzívnu 0-6, kde nás dvojky vytláčali veľmi ďaleko od bránkoviska. S týmto sa naši reprezentanti stretli prvýkrát vo svojej kariére a nevedeli sa s tým vysporiadať. V prvom zápase sme mali 19 technických chýb – čo je strašne veľa aj na dva zápasy. K tomu 25 nepremenených streleckých pokusov. Súper nám dal 26 protiútokov, z ktorých 20 sa skončilo gólom. To nás ubíjalo. Každá strata lopty a zahodená šanca bola za 3 sekundy v našej bráne. Toto chlapci v našej lige nezažívajú a boli z toho v šoku. Ja som náš návrat do obrany prirovnal k starej Škodovke a okolo nás sa prehnalo Ferrari. Hra na postavenú obranu ešte ako-tak bola vyrovnaná, ale stratené lopty a náš veľmi zlý návrat do obrany pomohli Španielom, ktorí majú vysokú kvalitu v prechode do prvej a druhej vlny protiútoku,“ vrátil sa k prvému zápasu, ktorý mladí Slováci prehrali 24:38 tréner Baran.

Po prvej prehre boli naši reprezentanti odhodlaní zlepšiť výkon a v druhom stretnutí byť Španielom vyrovnaným súperom. Nestalo sa. „Boli sme smutní. Po prvom zápase, ktorý sme prehrali o 14 gólov, sme si povedali, že toto určite nie je reálny obraz našej hry a toho, čo sme schopní. Spravili sme si analýzu hneď večer a snažili sme sa namotivovať hráčov, aby ten stres z nich už opadol. Chceli sme, aby hrali a bojovali so srdcom. Odhodlanie bolo veľké. Chlapci sami navrhli tréning ráno pred druhým zápasom. Tam všetko fungovala parádne. Prišiel zápas a ani sám neviem, čo sa stalo. To som už dlho nezažil, aby som mal v 40. minúte pocit, že keby som mal k dispozícii uterák, tak ho hodím ako v boxe do ringu a ukončím zápas. Nič nám nešlo, hráči mali sklonené hlavy, nehrali sme ako jeden tím, chýbala emócia a motivácia pobiť sa o dobrý výsledok,“ hovorí sklamane tréner predkadetskej reprezentácie. „Dali sme si pozor pri návrate do obrany, už to neboli dlhé prihrávky ako v prvom zápase, ale tým, že sme šprintovali po každej zahodenej šanci, tak nás to stálo strašne veľa energie. Preto sme sa už ani v obrane nevládali dobre postaviť. Španieli prišli s druhou vlnou a nestíhali sme zdvojovať. Keď sa to aj podarilo, iba sme súpera objímali okolo pásu a oni ešte dohrali do čistej šance svojho spoluhráča. Bola to pre nás vysoká škola hádzanej. Na jednej strane nás to strašne mrzí, bolí ma to aj za hráčov – lebo takto si to nepredstavovali a my tréneri tiež nie. Na druhej strane, možno sme niečo takéto potrebovali a bude to pre reprezentantov dobrá lekcia. Vidia,

kde stojíme a v čom sa musíme zlepšiť.“ Podľa trénera Barana je to v prvom rade o fyzickej pripravenosti. „Určite. Nielen atletickej, ale tak isto musia pridať v posilňovni. My sme neudržali jedného hráča, ktorý prišiel v plnom nábehu do duelu. Každý zápas sme prehrali po fyzickej stránke, pretlačili nás až na šestku. V druhom zápase sme mali možno 6 prerušení na našej deviatke, čo je katastrofa. Španieli si robili, čo chceli a každý útok zakončili strelou. Chudáci naši brankári – chcem ich pochváliť, mali tam úspešné zákroky, ale všetko to boli strely zo 6 metrov z čistých šancí. V útoku aj tým, že bola panika a únava, každý to už bral na seba a neexistoval žiadny systém. Dúfam, že si to chlapci uvedomia. Mali sme naozaj dlhú poradu v šatni aj večer aj cestou domov. Pevne verím, že toto pochopia ako novú výzvu a začnú na sebe ešte viac tvrdsie pracovať. Tie 3-4 tréningy v klube im za týždeň jednoducho na medzinárodnú úroveň nestačia. Musia zabráť a možnosti na to majú. Zväz im vytvára podmienky, máme plány od kondičného trénera, treba len zamakať,“ hovorí Michal Baran s tým, že výsledky zo zápasov proti Španielom neboli reálnym obrazom toho, na čo generácia predkadetov má. „Sú to talentovaní hráči, len nám tieto dva dni nevyšli. Nechceme sa na nič vyhovárať. Môžem za realizačný tím aj za hráčov sľúbiť, že sa budeme snažiť zlepšovať krok za krokom. Čaká nás veľmi veľa turnajov, medzištátnych zápasov a urobíme maximum preto, aby sme sa dostali na vysnívané majstrovstvá Európy a sveta A-kategórie. Ideme ďalej tvrdo pracovať. Odhodlanie tam je, tak verím, že to bude už iba lepšie,“ dodal na záver rozhovoru tréner predkadetov Michal Baran.

23.6.2026 Španielsko - Slovensko 38:24

Zostava a góly SVK: Trocha, Jedinák, Strezenický – Palisko 7, Krajčovič 3, Stachovnič 3, Ďurana 2, Ochaba 2, Kaszás 1, Ivanov 1, Vrábek 1, Hlebaško 1, Troščák 1, Velický 1, Blažiček 1, Skorka, Tyník.

24.6.2026 Španielsko - Slovensko 48:20

Zostava a góly SVK: Trocha, Jedinák, Strezenický – Palisko 4, Krajčovič 4, Skorka 3, Ďurana 3, Stachovič 1, Hlebaško 1, Troščák 1, Velický 1, Blažiček 1, Ochaba 1, Tyník, Kaszás, Vrábek.

Autor: slovakhandball

Foto: SZH

<https://slovakhandball.sk/article/bola-to-vysoka-skola-hadzanej-hovori-trener-predkadetov-michal-baran-po-zapasoch-so-spanielmi>