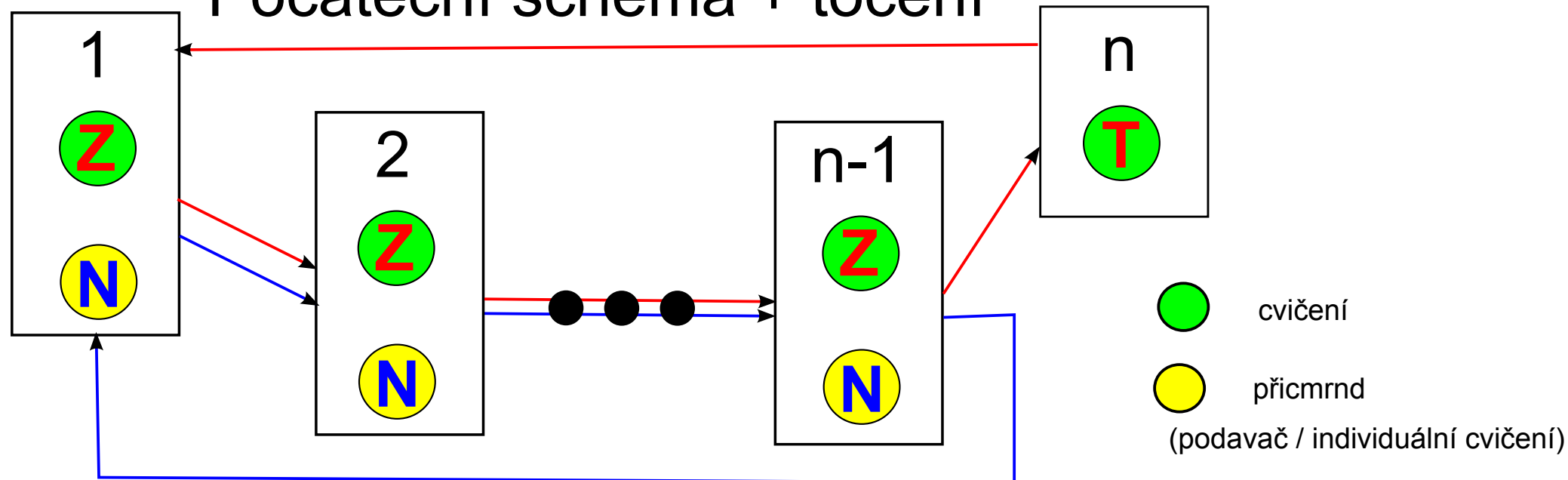


Počáteční schéma + točení



Celkem je n stanovišť. Hráči budou rozděleni do dvou skupin - **z**kušení a **n**adějní. Na začátku je na každé stanovišti přidělen jeden ze skupiny **z**kušených a jeden ze skupiny **n**adějných. Jedinou výjimku tvoří stanoviště n , kde je cvičení pro jednoho. Toto stanoviště obsadí na začátku **t**renér. Ostatní stanoviště mají část, kde se cvičí, a část přicmrndávací (obvykle házení míčků, ale může to být třeba i individualní cvičení pro konkrétního hráče, pokud na stanovišti cvičící nepořebuje podavače). Točení probíhá tak, že jednou cvičím a jednou přicmrndávám. Jako první cvičím na stanovišti, kterém mi bylo přiděleno na začátku, s tím, že začíná cvičit skupina **z**kušených a **t**renér, nadějní jsou v roli přicmrndavačů. Přicmrndávám vždy na stanovišti, které mi bylo přiděleno na začátku. Jakmile mám jít znovu cvičit posunu se o stanoviště dál, než jsem cvičil naposledy. **Z**kušení a **t**renér se točí přes všech n stanovišť. **N**adějní pouze přes $n-1$, tj. po absolvování stanoviště $n-1$ jdou příště cvičit na stanoviště **1**. Cvičení ze stanoviště n si udělá celá skupina **n**adějných najednou po dokončení celého kolečka. Výhodou je, že je skupina **n**adějných (resp. skupina, které spíš dokážeme v něčem poradit) pod dohledem **t**renéra. Skupina **n**adějných totiž cvičí, když **t**renér přicmrndává na stanovišti n , které je ovšem prázdné, takže vám do toho může kecat :-)

- Z** zkušení
- N** nadějní
- T** trenér
- pohyb zkušených
- pohyb nadějných