



RAPORT DE ACTIVITATE
HANDBAL CLUB DUNAREA BRAILA
LIGA NATIONALA
01.01.2025 - 31.03.2025

In aceasta perioada ,echipa de senioare a Dunarii Braila a disputat numai putin de 18 jocuri , 8 in campionat , 2 in Cupa Romaniei si 8 in Cupa EHF ,reusind sa ajunga pana pe locul 3 in Liga Florilor ,sa se califice in Final 4 Cupa Romaniei dar si sa fie eliminata din parcursul european pentru un singur gol.De asemenea ,5 sportive senioare au fost convocate la Lotul national de senioare ,ele fiind Oana Bors ,Andreea Popa ,Lupei Corina , Lixandroiu Diana si Cotet Mirabela. Din pacate intr-un joc de pregatire al echipei nationale ,sportiva lupei Corina a suferit o accidentare grava ce a necesitat o interventie chirurgicala si pauza competitionala.

Echipa si-a desfasurat pregatirile la Braila ,in sala Polivalenta cu antrenamente teoretice ,video si tehnico tactice in sala.De asemenea saptamanal au efectuat 2 antrenamente de forta in sala de forta de la Polivalenta.Timpul intre jocuri a fost foarte scurt ,sportivele fiind nevoite sa calatoreasca foarte mult pentru jocurile din cupele europene dar si din campionat ,avand un program de jocuri foarte incarcat . Avand un lot bine conturat numeric si calitativ ,au reusit sa faca fata in toate cele 3 competitii in care au fost angrenate ,chiar daca pe parcurs au aparut si mici accidentari sau sincope in calitatea jocului.

LIGA FLORILOR

ETAPA 20 / 19.03.2025

CSM Targu Jiu 22 - 35 HC Dunarea Braila

(14 - 17) (8 - 18)

Miercuri după amiază, la Târgu Jiu, s-a disputat meciul dintre CSM Tg Jiu și HC Dunărea Brăila, contând pentru etapa a 20-a din Liga Florilor. A fost un meci dezechilibrat, având în vedere valoarea celor două loturi, iar handbalistele de la Brăila au învins fără emoții, scor 22-35 (14 - 17) și vor

pleca având moralul ridicat în Danemarca, pentru meciul din EHF European League cu Ikast.

Handbalistele de la Brăila au început în forță meciul de la Târgu Jiu și în minutul 4 scorul era 0-3, iar în minutul 6 Jezic a marcat pentru 1-5. Gazdele au marcat apoi de 3 ori și s-au apropiat la un singur gol, diferență care s-a mai înregistrat de două ori până la pauză, 5-6 și 9-10. În minutul 29 Schmelzer a dus echipa brăileană la un avans de 5 goluri pe tabela de marcaj, scor 12-17, iar până la fluierul de final al primei reprize gazdele au mai înscris două goluri și la pauză a fost 14-17.

După pauză, Dunărea a marcat primul gol, prin Gonzalez, iar în minutul 40 Kanaval a dus pentru prima dată diferența la 7 goluri, scor 15-22. În minutul 46 Lixăndroiu a dus diferența la 8 goluri, scor 17-25 și meciul se îndrepta spre o victorie clară a echipei antrenate de Jan Leslie Lund. Dunărea și-a mărit în continuare avansul de pe tabelă, iar Oana Bors a închis tabela de marcaj la scorul de 22-35, cea mai mare diferență înregistrată în acest meci.

Pentru HC Dunărea Brăila au marcat: Katarina Jezic – 5 goluri, Dejana Milosavljevic -5 (2 de la 7 metri), Maryia Kanaval -3, Diana Lixandroiu -3, Meike Schmelzer -3, Mariam Mohamed -3, Mireya Gonzalez Alvarez -3, Oana Bors -2, Kristina Liscevic -2, Daria Michalak -2, Sara Kovarova -2, Liliana Venancio -2. Au mai jucat: Elena Șerban (9 intervenții), Kira Trusova (4 intervenții) – Andreea Popa, Simone Bohme.

ETAPA 19 / 13.03.2025

HC Dunarea Braila 38 - 24 CS Magura Cisnădie
(18 - 12) (20 - 12)

Joi, 13 martie, s-au disputat meciurile din etapa a 19-a din Liga Florilor la handbal feminin. În această etapă HC Dunărea Brăila a jucat pe teren propriu cu Măgura Cisnădie și a câștigat detașat, cu scorul de 38-24 (18-12).

Dunărea a condus pe tot parcursul meciului, având un start foarte bun după ce Oana Bors a deschis scorul, iar în minutul 4 tot ea a avut o interceptie în apărare și a declanșat un contraatac la capătul căruia Kanaval a marcat pentru 4-1. În minutul 9 Dunărea s-a distanțat pentru prima dată la 4 goluri, scor 8-4, tot după un gol marcat de Bors, care a făcut o primă repriză foarte bună atât în atac, cât și în apărare. La jumătatea primei reprize Dunărea avea

5 goluri avans, scor 11-6, după un gol marcat de Kanaval. Brăila a avut în prima repriză de 4 ori un avans de 7 goluri, iar la finalul primelor 30 de minute scorul a fost 18-12.

Repriza secundă a început cu un gol marcat de Liscevic, apoi oaspetele au redus handicapul la 5 goluri, dar în minutul 42 Jezic a făcut ca diferența de pe tabelă să fie 8 goluri, scor 25-17, și tot ea a dus diferența la 9 goluri, scor 29-20. În acest meci echipa brăileană nu a mai avut o cădere pe final de meci și după ce Alina Ilie a marcat pentru 29-21 Coteș, Lixândroi, din nou Coteș și apoi Mohamed au marcat pentru Dunărea și au făcut ca în minutul 54 tabela să arate 33-21. În minutul 58, brăileanca Mirabela Coteș a făcut ca diferența să fie pentru prima dată de 14 goluri, scor 36-22. La final diferența a fost tot de 14 goluri, după reușita Andreei Popa, cu 4 secunde înaintea finalului de meci.

Pentru HC Dunărea Brăila au marcat: Diana Lixandroi (7), Oana Bors (6), Katarina Jezic (5), Maryia Kanaval (3), Andreea Popa (3), Mireya Gonzalez Alvarez (3), Daria Michalak (3), Mirabela Cotet (3), Kristina Liscevic (2), Mariam Mohamed (2), Meike Schmelzer (1). Au mai jucat: Elena Șerban (4 intervenții), Kira Trusova (8 intervenții), Sara Kovarova, Simone Bohme și Dejana Milosavljevic.

ETAPA 18 / 18.02.2025

CSM Slatina 34 - 38 HC Dunarea Braila (17 - 20) (17 - 18)

Marti, 18 februarie, la Slatina, HC Dunărea Brăila s-a impus în fața nou promovatei CSM Slatina, în primul meci al etapei a 18-a din Liga Florilor. La capătul unui meci cu multe goluri și în care handbalistele de la Brăila au condus permanent după minutul 12, rezultatul final a fost 34*38 (17-20). Pentru Dunărea urmează un meci decisiv pentru calificarea în sferturile EHF European League, duminică, 23 februarie, la Buzău, cu Larvik.

Milosavljevic a marcat primul gol al meciului, dintr-o aruncare de la 7 metri, apoi gazdele au trecut la conducere în minutul 4. Gonzalez a readus

Brăila în avantaj în minutul 7, scor 2-3. A fost apoi 4-3 și 5-4 pentru gazde, dar din minutul 12, când Raicea a marcat pentru 5-6, HC Dunărea nu a mai cedat conducerea pe tabela de marcaj, distanțându-se la 5 goluri, scor 6-10 în minutul 16. Gazdele s-au apropiat la două goluri, dar nu au reușit mai mult și la pauză scorul a fost 17-20.

După pauză tot Brăila a marcat primul gol, prin Gonzalez, dar gazdele s-au apropiat din nou la două goluri, 19-21 în minutul 34, 21-23 în minutul 36, 24-26 în minutul 41. În minutul 45 Dunăea a luat un avans de 5 goluri, după o reușită din poartă în poartă a Elenei Șerban, apoi Raicea și Michalak a mărit avantajul la 7 goluri, scor 26-33, în minutul 47. Cu cinci minute înaintea finalului de meci scorul era 30-37, dar la final rezultatul avea să fie 34-38.

Brăila: Șerban 1 gol, Trusova – Kanaval 8, Gonzalez 8, Milosavljevic 4, Raicea 4, Michalak 3, Venancio 3, Jezic 2, Liscevic 2, Mohamed 1, Kovarova 1, Popa 1, Bors, Coteț, Schmelzer

ETAPA 17 / 12.02.2025

HC Dunarea Braila 32 - 23 CSM Iasi 2020

(15 - 13) (17 - 10)

Miercuri seara, în Sala Polivalentă Danubius din Brăila, HC Dunărea Brăila a întâlnit pe CSM Iași 2020, ultima clasată în Liga Florilor, fără niciun punct obținut până acum. După un început de meci slab, schimbarea portarului, dar și o apărare mai agresivă, a făcut ca HC Dunărea să se impună la final cu 32-23 (15-13).

În meciul cu CSM Iași, Bors a marcat primul gol al meciului și în minutul 10 Brăila conducea cu 5-2, dar în minutul 14 oaspetele au egalat la 6. De la 7-6 în minutul 15, în două minute ultima clasată în Liga Florilor a marcat de 3 ori fără să primească gol și trecut la conducere, 7-9. Antrenorul Dunării a cerut time-out, Raicea a marcat, dar din nou Iașii s-a distanțat la două goluri prin reușita lui Severin. În poarta Dunării a intrat Șerban și Brăila a egalat la 10. Oaspetele au mai condus de două ori, iar în minutul 29 Dunărea a revenit în avantaj, scor 13-12, după un gol marcat de Jezic. Mitrache a egalat dintr-o aruncare de la 7 metri, dar în ultimele 45 de secunde ale primei reprize

handbalistele de la Dunărea au marcat de două ori, prin Jezic și Raicea și la pauză scorul a fost 15-13.

După pauză, primele care au marcat au fost gazdele, prin Popa, iar în minutul 35 echipa brăileană conducea pentru prima dată la o diferență de 4 goluri, 18-14. De la 21-17 în minutul 39 Dunărea s-a distanțat la 11 goluri, scor 28-17 în minutul 50. În acest interval lașul a ratat 3 aruncări de la 7 metri. În ultimele 10 minute ale meciului oaspetele au redus handicapul la 8 goluri, iar scorul final a fost 32-23.

Pentru HC Dunărea Brăila au marcat: Jezic – 8 goluri, Milosavljevic -4, Kanaval -4, Raicea -3, Bors -3, Popa -3, Michalak -2, Venancio -2, Lupei -1, Gonzalez -1, Liscevic -1. Au mai jucat: Șerban (14 intervenții), Trusova (5 intervenții), Coteț, Schmelzer și Kovarova.

ETAPA 16 /02.02.2025
CSM Corona Brasov 32 - 30 HC Dunarea Braila
(17 - 13) (15 - 17)

HC Dunărea Brăila a pierdut după un final dramatic meciul de la Brașov, cu Corona Brașov, dar rămâne pe locul 6 profitând de faptul că SCM Craiova nu a obținut decât o remiză pe terenul celor de la Târgu Jiu. Corona Brașov a învins pe Dunărea Brăila cu 32-30 (17-13), după un final dramatic, în care echipa din Brăila a egalat la 30 după ce a fost condusă aproape tot meciul.

Corona a avut primul atac al meciului, dar primele care au marcat au fost jucătoarele de la Dunărea, prin Kanaval. Brăila a mai condus cu 1-2, după golul marcat de Raicea, din extremă, în minutul 4. Corona a trecut în avantaj în minutul 4, când Krpez a marcat de la 7 metri pentru 3-2. Brăila a mai egalat la 3 și la 5, după care până la pauză gazdele s-au distanțat și la 4 goluri, prima dată în minutul 20, la scorul de 13-9. Brăila s-a mai apropiat la două goluri diferență, dar la pauză a fost 17-13 pentru Corona.

Primul gol al părții a doua a meciului a fost marcat tot de Brăila, prin Liscevic, din aruncare de la 7 metri, dar în minutul 35 Corona s-a distanțat la 6 goluri, scor 20-14. Echipa din Brașov a mai avut de două ori 6 goluri avantaj, ultima dată în minutul 41, când Boiciuc a marcat pentru 22-16. Dunărea a revenit și în minutul 43 a redus handicapul la doar 3 goluri, scor 23-20, iar în minutul 46 Andreea Popa a făcut ca diferență să se reducă la doar două goluri, 24-22. În minutul 51 Gonzalez Alvarez a marcat pentru 27-26 și Brăila a

început să sperie că poate pleca din Sala Dumitru Popescu Colibași cu măcar un punct. Slezak Krpez și Dumitrașcu au marcat pentru Corona și în minutul 53 scorul era 29-26. Iscevic a marcat pentru Dunărea, apoi Lasm a refăcut diferența de 3 goluri, 30-27 în minutul 54. Raicea, Lupei și Jezic au înscris pentru Brăila, iar Corona nu a mai marcat și în minutul 58 scorul era egal, 30-30. Corona a preluat conducerea printr-un gol marcat din aruncare de la 7 metri de Slezak Krpez. A urmat o ratare a lui Gonzalez, apoi și Corona a pierdut atacul, dar cu jucătoarele de pe banca Brăilei s-au grăbit să intre pe teren și observatorul de joc a fluierat schimbare greșită și mingea le-a revenit gazdelor, care au marcat pentru 32-30 în ultima secundă de joc, după ce Trusova a avut două intervenții la aceeași fază, dar a treia oară a fost învinsă de Slezak Krpez, care a marcat de pe semicerc.

Pentru Dunărea Brăila au marcat: Liscevic – 7 goluri (1 de la 7 m), Gonzalez -7 (1 de la 7 m), Raicea -4, Jezic -4, Kanaval -2, Michalak -2, Lupei -2, Schmelzer -1, Popa -1. În poartă Trusova a avut 6 intervenții, iar Șerban a avut 8 intervenții. Au mai jucat: Milosavljevic, Venancio și Bors. Nu au intrat în acest meci Lixăndroi și Kovarova.

ETAPA 15 / 22.01.2025

HC Dunarea Braila 30 - 22 CS HC Zalau

(16 - 9) (14 – 13)

Miercuri seara, de la ora 17.30, în Sala Polivalentă Danubius din Brăila, HC Dunărea a întâlnit pe HC Zalău, în etapa a 15-a din Liga Florilor. A fost un meci în care nu s-a pus niciun moment problema învingătoare, Dunărea conducând din primul până în ultimul minut, iar la final scorul a fost 30-22 (16-9), iar cea mai mare diferență de scor a fost de 12 goluri, în minutul 49. De la acest scor Zalăul a revenit la 6 goluri și putea să se apropie chiar la 5 goluri, însă finalul a fost al Dunării care a marcat două goluri în ultimele 15 secunde. Chiar dacă Zalăul a avut primul atac al meciului, primele au înscris jucătoarele de la Dunărea, prin Michalak, apoi Gonzalez a marcat pentru 2-0. Lazic a marcat primul gol al oaspetelor în minutul 3, dintr-o aruncare de la 7 metri, dar Brăila s-a desprins la 5 goluri în minutul 10, scor 7-2. În minutul 17 Jezic a dus diferența la 7 goluri, scor 10-3, apoi Zalău a redus din handicap prin golurile marcate de Lazic și Bălăceanu, iar în minutul 22 handicapul s-a micșorat la 4 goluri, scor 12-8. La finalul primelor 30 de minute scorul a fost

16-9, după ce HC Zalău nu a mai marcat niciun gol din minutul 23, când scorul era 13-9.

În primele 5 minute din repriza a doua Brăila a marcat de 4 ori fără să primească gol și astfel diferența s-a majorat la 11 goluri. Zalăul a răspuns și ea cu 3 goluri la rând, dar în minutul 43 diferența de 11 goluri s-a refăcut, scor 23-12. În minutul 49 golul marcat de Andreea Popa, pe contraatac, a făcut ca diferența să se mărească la 12 goluri, scor 26-14. La scorul de 26-15 în poarta Dunării Brăila a intrat Prodan, iar pe teren erau 6 românce și doar Milosavljevic dintre jucătoarele străine. Multe erori în atac și o apărare rarefiată au făcut ca în minutul 56 scorul să se strângă, 26-20. Golul lui Lixăndroiou din aruncare de la 7 metri a deblocat "seceta" din atacul Dunării. La intrarea în ultimul minut de joc scorul era 28-22, iar în ultimele 15 secunde ale partidei Dunărea a mai marcat de două ori prin Popa și Bors și rezultatul final a fost 30-12.

Pentru HC Dunărea Brăila au marcat: Gonzalez – 6 goluri, A. Popa -5, Michalak -4, Kanaval -3, Jezic -3, Liscevic -2, Raicea -2, Lixăndroiou -2, Bors -2, Milosavljevic -1. Au mai jucat: Șerban (2 intervenții), Trusova (5 intervenții), Prodan – Coteț, Venancio, Lupei.

ETAPA 14 / 15.01.2025

HC Dunarea Braila 31 - 24 SCM Ramnicu Valcea

(18 - 11) (13 - 13)

Miercuri după amiază, în Sala Polivalentă Danubius din Brăila, s-a jucat meciul din etapa a 14-a a Ligii Florilor, prima a returului, între ocupantele locurilor 7 și 6 din acest campionat, HC Dunărea Brăila și SCM Râmnicu Vâlcea. Echipa brăileană s-a impus cu 31-24 (18-11) și cele două echipe au făcut schimb de locuri în clasament.

Meciul a început sub semnul echilibrului, cu erori neforțate de ambele părți. Echipa vâlceană a fost și ea la conducere pe tabela de marcaj, în minutul 7, când Elghaou a marcat pentru 3-4. Dunărea a marcat apoi prin Jezic și trecut la conducere din nou, 5-4 în minutul 9. Hagman a egalat la 5 și a fost ultima dată când cele două echipe s-au aflat la egalitate. Cea mai mare diferență de scor din prima repriză a fost de 7 goluri, înregistrată prima dată la scorul de 15-8, în minutul 25. Aceeași diferență s-a înregistrat și a finalul primelor 30 de minute, când scorul a fost 18-11, după un gol marcat în ultimele secunde de Kanaval. Diferența de scor din prima repriză s-a datorat și intervențiilor Kirei Trusova, care a avut 9 intervenții la cele 20 de aruncări la poarta Brăilei, iar în atac Kanaval a marcat 5 goluri.

În repriza a doua Dunărea a avut primu atac și Gonzalez a marcat primul său gol în acest meci, iar în minutul 32 Milosavljevic a marcat din aruncare de la 7 metri pentru 20-11. A fost prima dată când Dunărea a avut 9 goluri avantaj. Vâlcea a revenit cu 3 goluri legate și a mai redus din handicap, dar în minutul 46 Michalak a refăcut diferența de 9 goluri, scor 25-16. Oaspetele au avut o nouă revenire spectaculoasă, după o serie de 5 goluri înscrise fără ca Brăila să înscrie niciunul și în minutul 52 scorul era 25-21. Seria neagră a Brăilei a fost stotată cu un gol marcat de Milosavljevic din aruncare de la 7 metri. Necula a refăcut diferența de 4 goluri, dar până la final handbalistele de la Dunărea au reușit să se distanțeze la 7 goluri și să câștige cu 31-24.

Pentru HC Dunărea Brăila au marcat: Kanaval – 7 goluri, Jezic -5, Liscevic -4, Milosavljevic -4, Michalak -4, Raicea -3, Gonzalez -2, Schmelzer -2. Au mai jucat: Trusova (15 intervenții), Șerban (a intrat doar la o aruncare de la 7 m) – Popa, Venancio, Bors, Mohamed. Nu au intrat Kovarova și Coteț.

ETAPA 13 /05.01.2025

**HC Dunarea Braila 33 - 28 CS Minaur Baia Mare
(18 - 15) (15 - 13)**

Duminică, 5 ianuarie, de la ora 17.00, în Sala Polivalentă Danubius din Brăila, s-a jucat meciul dintre HC Dunărea Brăila și Minaur Baia Mare, contând pentru etapa a 13-a din Liga Florilor, ultima a turului. Echipa din Brăila a câștigat cu 33-28 (18-15) după un meci interesant, în care un rol important în obținerea acestei victorii l-a avut și publicul spectator. Începutul de meci a aparținut echipei maramureșene, care a condus în primele 20 de minute ale reprizei, având în câteva rânduri și două goluri

avans. Brăila a preluat pentru prima dată conducerea în minutul 10, când Gonzalez Alavez a marcat pentru 7-6, dar oaspetele au revenit la conducere și au mai avut de două ori două goluri peste echipa lui Jan Leslie. În minutul 27 cele două echipe au fost pentru ultima dată la egalitate în acest meci, scor 15-15, după care Lixăndroiou, Liscevic și Venancio au marcat pentru Dunărea și la pauză scorul a fost 18-15.

În repriza a doua Dunărea s-a distanțat la cinci goluri în minutul 38, după un gol de pe pivot marcat de Jezic, 22-17, iar în minutul 43 diferența s-a mărit la 6 goluri, 24-18, după un gol marcat de poloneza Michalak. În minutul 50 echipa din Baia Mare a redus ecartul la doar două goluri, scor 26-24, dar mai mult de atât nu au reușit și la final Dunărea avea să învingă la o diferență de 5 goluri, scor 33-28.

Pentru HC Dunărea Brăila au marcat: Gonzalez Alvarez – 6 goluri, Raicea -6, Jezic -5, Michalak -4, Kanaval -3, Liscevic -2, Lixăndroiou -2, Milosavljevic -2, Venancio -1, Bors -1, Popa -1. Au mai jucat: Trusova (8 intervenții), Șerban (3 intervenții) – Schmelzer, Mohamed.

CUPA ROMANIEI

TURUL 3 / 26.02.2025

HC Dunarea Braila 29 - 23 CSM Corona Brasov

(16 - 13) (13 - 10)

Miercuri după amiază, în Sala Polivalentă din Brăila, Dunărea Brăila a întâlnit pe Corona Brașov în sferturile de finală ale Cupei României la handbal

feminin. După cele două înfrângeri din campionat, handbalistele de la Dunărea și-au luat revanșa în fața brașovencelor și au câștigat cu 29-23 (16-13).

Dunărea a început în forță și conducea cu 4-0 în minutul 5, când jucătoarele de la Corona au marcat prima dată. La 6-1 Burcea a cerut timp de odihnă, dar corona nu a reușit un reviriment. La 8-3 Trusova a aparat aruncarea de la 7 metri a lui Krpez, dar tot jucătoarea Brașovului a recuperat și a înscris. În minutul 17 Dunărea s-a distanțat la 6 goluri, scor 13-7. Decizii controversate ale arbitrilor moldoveni au creat tensiuni pe teren și meciul a fost întrerupt mai bine de un minut. Oaspetele au marcat de două ori în dublă superioritate numerică și l-au determinat pe Jan Leslie să ceara time-out, după care Liscevic a marcat pentru Dunărea. Van Kreij a marcat pentru Corona, a urmat o serie de atacuri ratate de ambele părți până când Bors a marcat din extremă pentru 15-10. Lasm și Van Kreij au redus handicapul la 3 goluri, apoi a marcat și Michalak pentru Brăila, iar ultimul gol al primei reprize a fost marcat de echipa din Brașov din aruncare de la 7 metri transformată de Slezak Krpez, stabilind scorul de 16-13.

După pauză primele care au marcat au fost jucătoarele de la Dunărea, prin Jezic, dar în minutul 35 oaspetele s-au apropiat la două goluri, scor 18-16. La scorul de 19-17 Schmelzer a primit a treia eliminare și a fost trimisă în tribună, iar în minutul 39 Lasm a redus diferența la un singur gol. Corona a ratat șansa egalării în minutul 40, dar Șerban a apărat aruncarea lui Dumitrașcu. Michalak, Jezic și Gonzalez au marcat pentru Dunărea și au dus scorul la 22-18 în minutul 43. Șerban a avut o nouă intervenție și pe contraatac Bohme a marcat pentru 23-18. Cu Elena Șerban în zi bună Dunărea s-a distanțat la 7 goluri în minutul 51, scor 27-20. După 9 minute în care nu au marcat jucătoarele de la Corona au înscris prin Ana Maria Șerban, apoi Boiciuc a înscris și ea din aruncare de la 7 metri. Scorul final a fost 29-23, cu 3 intervenții ale Elenei Șerban în ultimul minut de joc.

Pentru HC Dunărea Brăila au marcat: Gonzalez Alvarez -5 goluri, Bohme -5, Jezic -5, Michalak -5, Liscevic -3, Kanaval -3, Milosavljevic -2, Bors -1. Au mai jucat: Trusova (6 intervenții), Șerban (8 intervenții) – Schmelzer, Lixăndroiu, Popa, Venancio, Lupei, Kovarova.

TURUL 2 / 04.02.2025
CS Judetean Prahova 27 - 36 HC Dunarea Braila
(16 - 19) (11 - 17)

Marți seara, de la ora 17.30, în Sala Polivalentă Danubius din Brăila, s-a jucat primul meci din turul 2 al Cupei României la handbal feminin, între CS Județean Prahova și HC Dunărea Brăila. Echipa brăileană s-a impus, într-un meci considerat în deplasare, la o diferență de 9 goluri în fața liderului seriei A din Divizia A, scor 27-36 (16-19). Totuși victoria clară s-a conturat pe final de meci pentru că până pe la jumătatea reprizei secunde scorul a fost unul strâns.

Dunărea a deschis scorul prin Gonzalez Alvarez, apoi echipa prahoveană a condus cu 2-1 și 3-2. De la 6-6 în minutul 9, Brăila a reușit să se distanțeze la 5 goluri, scor 9-13, în minutul 16, dar trei minute mai târziu scorul a redevenit egal, 13-13. Dunărea s-a distanțat din nou la 3 goluri, dar în minutul 28 diferența era doar de un singur gol, scor 16-17. Schmelzer și Lupei au marcat apoi pentru Brăila și la pauză scorul a fost 16-19.

Primul gol din repriza a doua a fost marcat de Dunărea, prin Bors, dar diferența avea să se reducă din nou la un singur gol în minutul 39, scor 20-21. În minutul 48 Kanaval a făcut ca diferența să fie din nou de 5 goluri, scor 22-27, iar în minutul 55 diferența a ajuns pentru prima dată la 6 goluri, scor 26-32. Stoleru a marcat pentru prahovence, iar în ultimele 4 minute Dunărea a mai marcat de 4 ori, prin Milosavljevic, Coteț, Lupei și Raicea și a fost stabilit rezultatul final, 27-36.

Pentru HC Dunărea Brăila au marcat: Gonzalez -10 goluri, Milosavljevic – 5 (2 de la 7 m), Liscevic -4, Jezic -3, Lupei -3, Raicea -3, Schmelzer -2, Kanaval -2, Bors -2, Coteț -1, Popa -1. Au mai jucat: Șerban (4 intervenții), Trusova (7 intervenții) – Kovarova, Mohamed, Balog.

CUPA EHF

SFERURI DE FINALA EHF – RETUR / 29.03.2025
H.C. Dunarea Brailavs 30 - 29 Ikast Håndbold
(16 - 17)

Sâmbătă seara, într-o atmosferă superbă creată de spectatorii care au umplut sala din Buzău, HC Dunărea Brăila a câștigat cu 30-29 (16-17) meciul cu Ikast, dar a ratat calificarea în Final Four-ul EHF European League. Cele mai

bune jucătoare ale Dunării Brăila au fost Elena Șerban și Mireya Gonzalez Avlarez, prima prin intervențiile sale care au readus Brăila în meci, iar cea de-a doua fiind golghetera echipei.

HC Dunărea a părut că începe bine, cu un prim gol marcat de Kanaval după 30 de secunde de joc, dar în minutul 3 danezele au trecut în avantaj, scor 1-2. După ce Gonzalez a egalat la 22, oaspetele au înscris de două ori și au făcut ca tabela să arate 2-4. Dunărea a revenit și a egalat la 4 după golurile marcate de Kanaval și Gonzalez. După ce Liscevic a marcat pentru 6-6 oaspetele au marcat de 4 ori la rând și în minutul 14 scorul era 6-10. Ikast s-a distanțat apoi la 5 goluri, scor 8-13 și apoi 9-14. moment în care Leslie a cerut al doilea time-out. Gonzalez a ratat o aruncare de la 7 metri și în minutul 21 danezele s-au distanțat la 6 goluri, scor 9-15.

După eliminarea lui Jezic, Brăila a reușit să scape fără gol primit și s-a apropiat la două goluri, Ikast reușind să marcheze după 7 minute în care nu au putut să o învingă pe Elena Șerban. Dunărea a mai marcat încă 3 goluri fără să primească niciunul și a reușit să egaleze la 16, prin Liscevic, dar în ultima secundă a primei părți a meciului Lindqvist a marcat și a stabilit scorul primei reprize, 16-17.

După pauză primele care au marcat au fost tot jucătoarele de la Ikast, și tot prin Lindqvist. Brăila a revenit și după 4 goluri marcate de Gonzalez, în minutul 39 scorul era 20-20. Roberts a marcat apoi pentru oaspete și avea să fie ultima dată când echipa din Danemarca a fost a conducere. Jezic a marcat primul gol al ei în minutul 41, apoi Bohme a marcat pentru 22-21. Brăila putea să se desprindă la două goluri, după o interceptie a lui Gonzalez și un contraatac al lui Milosavljevic, dar aruncarea acesteia a fost în capul portarului Sando și a primit și eliminare de două minute. În inferioritate Dunărea a scăpat fără gol și în minutul 47 croata nu a mai ratat și a marcat pentru 23-21. Danezele au egalat din nou la 23, la 24 și la 25. Gonzalez a ieșit din nou la rampă și a refăcut diferența de două goluri, dar Ikast a egalat din nou după golurile înscrise de Roberts și Lindqvist, scor 27-27. Dunărea a continuat să atace cu 7 contra 6 și Liscevic a marcat. Lykkegaard a egalat la 28, apoi Gonzalez și Bohme au făcut ca scorul să fie 30-28 cu 30 de secunde înaintea finalului de meci. Când mai erau 3 secunde din joc, Lindqvist a aruncat la poartă și a învins-o pe Șerban, iar scorul final a fost 30-29 și Dunărea a ratat calificarea.

Pentru HC Dunărea Brăila au marcat: Gonzalez -11 goluri (1 de la 7 m), Liscevic -6, Bohme -3, Milosavljevic -3, Jezic -3, Kanaval -3, Schmelzer -1. În poartă

Elena Șerban a avut 13 intervenții reușite, iar Trusova doar una. Au mai jucat: Lixăndroiu, Venancio, Michalak, Bors, Popa.

SFERURI DE FINALA EHF – RETUR / 23.03.2025
Ikast Håndboldvs 32 - 30 H.C. Dunarea Braila
(16 – 17)

HC Dunărea Brăila a părăsit învinsă sala din Ikast, după meciul din manșatur a sferturilor de finală ale EHF European League, după ce în prima repriză au condus în mai multe rânduri la 4 goluri diferență. La final a fost 32-30 (16-17) pentru daneze, iar faptul că diferența nu a fost mai mare i se datorează și Kirei Trusova, care a avut câteva intervenții bune pe final de meci.

Startul de meci a fost excelent pentru HC Dunărea care a condus 0-3, gazdele reușind să înscrie prima dată în minutul 4. După o serie de ratări de ambele părți, în minutul 9, handbalistele de la echipa brăileană au avut prima dată 4 goluri peste daneze, scor 1-5, iar Soren Hansen a cerut timp de odihnă, după care gazdele au macat de două ori, prin Lindqvist. Brăila a mai avut 4 goluri avans de încă 8 ori până la pauză, ultima dată la scorul de 12-16 în minutul 27. Handbalistele lui Jan Leslie au părut că s-au relaxat și cu 20 de secunde înaintea finalului primei reprize Lindqvist a egalat la 16. Ultimul gol al primei reprize a fost marcat de Oana Bors, de pe extremă, și Brăila a intrat în avantaj la vestiare.

După o serie de ratări de ambele părți, primul gol al reprizei secunde a fost marcat de Liscevic, după ce Brăila a scăpat fără gol primit jucând două minute în inferioritate numerică. În minutul 36 gazdele au egalat pentru a doua oară în meci, scor 18-18, iar în minutul 41 au preluat pentru prima dată conducerea pe tabela de marcaj, 21-20. Au urmat alte două goluri ale gazdelor care s-au distanțat astfel la 3 goluri. După 5 minute fără gol marcat, Dunărea a înscris în minutul 44 prin Gonzalez, iar Jezic a redus diferența la un gol, scor 23-22. În minutul 57 Lixăndroiu a marcat pentru 30-30 și Dunărea încă spera că poate pleca neînvingătoare din Danemarca. Din păcate, în ultimele trei minute danezele au mai marcat de două ori, iar Dunărea nu a mai punctat niciodată și astfel rezultatul final a fost 32-30.

Pentru HC Dunărea Brăila au marcat: Jezic -8 goluri, Michalak -5, Liscevic -5, Gonzalez -4, Bors -3, Kanaval -2, Schmelzer -1, Bohme -1, Lixăndroiu -1. Au mai jucat: Trusova (11 intervenții), Șerban (2 intervenții) – Mohamed, Popa, Miloslavljivic.

GRUPA EHF – etapa 6 / 23.02.2025
H.C. Dunarea Brailavs 33 - 33 Larvik
(17 - 13)

Duminică după amiază, în Sala Romeo Iamandi din Buzău, HC Dunărea Brăila a întâlnit pe Larvik, în ultimul meci din grupa A a EHF European League. Echipa brăileană nu trebuia să piardă acest meci pentru a se califica în sferturile de finală ale competiției și a obținut această calificare după un final dramatic, meciul terminându-se la egalitate, scor 33-33, după ce la pauză elevul lui Jan Leslie Lund au condus cu 17-13.

Larvik a marcat primul gol al meciului și a fost singura dată când norvegiențele au fost la conducere pe tabela de marcaj. Jezic de doua ori într-un minut, apoi Liscevic și Kanaval au marcat pentru Dunărea și în minutul 4 scorul era 4-1. În minutul 15 Dunărea s-a distanțat la 4 goluri, după ce Jezic a marcat de pe semicerc, reușind o recuperare după o minge respinsă de portarul Lea Lokke. Un minut mai târziu, pe un contraatac, Jezic a făcut ca diferența să se mărească la 5 goluri, scor 11-6. Larvik a început să atace 7 contra șase, dar cele care aveau să înscrie au fost tot handbalistele de la Brăila, prin Miloslavljivic, care a făcut ca diferența să fie de 6 goluri în minutul 21, scor 12-6. Oaspetele au marcat apoi de două ori, iar până la pauză s-a menținut o diferență de 4-5 goluri în favoarea gazdelor. La pauză scorul a fost 17-13 și se părea că Dunărea nu va avea nicio emoție în privința victoriei.

În repriza a doua primul gol a fost marcat de Raicea, care a recuperat o minge deviată din blocajul apărării nordicelor la o aruncare a lui Kanaval. În minutul 34 Raicea a marcat de pe poziție de pivot și a făcut ca tabela de marcaj să arate 20-15. Oaspetele au marcat apoi de 3 ori la rând și s-au apropiat la două goluri, 20-18 în minutul 36. Gonzalez a oprit seria de goluri a nordicelor, dar la următorul atac Larvik a marcat din nou, de data aceasta din aruncare de la 7 metri, prin Ramberg. A mai fost 22-20 și 23-21, după care Dunărea s-a desprins din nou la 4 goluri, 25-21 în minutul 43, după un noul gol înscris de Jezic, cea mai bună jucătoare a Dunării și în acest meci.

Oaspetele au redus din nou din handicap, 25-23 în minutul 44, apoi Michalak și Popa au refăcut avantajul de 4 goluri pentru Brăila. În minutul 54 gazdele aveau tot un avantaj de 4 goluri, scor 32-28, iar Raicea a părăsit terenul accidentată. Stensrud a marcat pentru oaspete, apoi Bors a ratat pentru Dunărea și Kvalsund a redus handicapul la două goluri. Kanaval a irosit următoarele două atacuri ale Brăilei și în minutul 59 Birgitte Rosenberg a

marcat pentru 32-32. Liscevic și- asumat o aruncare de la distanță și a marcat pentru 33-32. Kvalsund a egalat la 33 cu 50 de secunde înaintea finalului de meci, care a fost trăit dramatic. Brăila a dus atacul până la limita pasivului și cu 6 secunde înaintea fluierului sirenei Bors a aruncat la poartă, dar Lokke a respins în lateral și astfel mingea a rămas la gazde care au obținut egalul, suficient pentru calificare, dar îngrijorător după ce au condus cu 6 goluri și au cedat pe final, în fața unei echipe care a venit la acest meci cu 11 jucătoare și un singur portar.

Pentru HC Dunărea Brăila au marcat: Jezic (9), Gonzalez (7), Kanaval (4), Michalak (3), Liscevic (3), Raicea (2), Venancio (2), Milosavljevic (1), Schmelzer (1), Popa (1). Elena Șerban a avut 8 parade, un procentaj de 28,57%. Kira Trosova a apărat 3 aruncări din 16. A mai jucat Oana Bors.

GRUPA EHF – etapa 5 / 15.02.2025
ATTICGO Bm Elchevs 29 - 32 H.C. Dunarea Braila
(10 - 14)

Sâmbătă seara, de la ora 21.00, HC Dunărea Brăila a învins în deplasare pe ATTICGO Bm Elche, în penultima etapă din Grupa A a EHF European League. Meciul s-a terminat cu scorul de 29-32 (10-14) și echipa din Brăila a revenit pe primul loc în grupă, după ce Larvik a învins-o pe Thuringer, în celălalt meci din grupă.

Brăila a deschis scorul prin Venancio, apoi cele două echipe au mai fost la egalitate de două ori, la 1-1 și 4-4, după care doar Dunărea a fost la conducere pe tabela de marcaj. În prima repriză cea mai mare diferență de scor a fost de 4 goluri, înregistrată prima dată în minutul 17, la scorul de 5-9. La finalul primelor 30 de minute scorul a fost 10-14.

În repriza a doua primele au marcat jucătoarele din Spania, dar echipa Brăilei s-a distanțat apoi la 7 goluri, 13-20, în minutul 39. Acesta avantaj s-a mai înregistrat de 8 ori, ultima dată în minutul 55, la scorul de 23-30. În ultimele 5 minute ale meciului gazdele au reușit să revină și să reducă handicapul la 3 goluri, 28-31, în minutul 59, iar rezultatul final a fost 29-32.

Pentru HC Dunărea Brăila au marcat: Gonzalez – 6 goluri, Jezic -5, Milosavljevic -4, Michalak -3, Liscevic -3, Raicea -3, Venancio -2, Popa -2, Bors -1, Trusova -1, Kanaval -1, Mohamed -1. În poartă, Trusova a avut 13

intervenții, iar Șerban a avut două intervenții. Au mai jucat: Schmelzer, Cotet, Kovarova.

GRUPA EHF – etapa 4 / 08.02.2025

Thüringer HCvs 38 - 28 H.C. Dunarea Braila

(16 - 11)

HC Dunărea Brăila a înregistrat sâmbătă seara prima înfrângere din acest sezon în EHF European League, după o serie de 3 victorii consecutive. Echipa brăileană a pierdut la scor meciul din Germania, cu Thüringer HC, scor 38-28 (16-11), aceasta fiind totodată cea mai usturătoare înfrângere după cea din semifinalele EHF European League de anul trecut, când a pierdut la 11 goluri diferență meciul cu Gloria Bistrița Năsăud, scor 37-26 (20-14).

Brăila a început bine meciul de la Thüringer, și după două goluri marcate de Jezic conducea cu două goluri, scor 0-2 în minutul 5, după ce gazdele rataseră o aruncare de la 7 metri, prin Reichert, care avea să înscrie și primele două goluri ale nemțoaicelor, în minutele 6 și 7. gazdele au trecut la conducere în minutul 8, apoi Brăila a egalat la 3 prin golul lui Michalak. Thüringer s-a distanțat apoi la două goluri, 5-3, 6-4 și 7-5, dar la jumătatea primei reprize Dunărea a egalat din nou, după două goluri înscrise de Kanaval. A mai fost egalitate la 8, tot după un gol marcat de Kanaval, dar în minutul 22 gazdele s-au desprins pentru prima dată la 3 goluri, scor 12-9.

Gonzalez a marcat pentru 12-0, dar Petersen a refăcut diferența de 3 goluri și Jan Leslie a cerut time-out. Liscevic a pierdut atacul echipei brăilene și gazdele au marcat apoi două goluri, în superioritate numerică, prin Reichert și Petersen, și scorul a devenit 15-10 în minutul 26. Până la pauză Dunărea a mai marcat o dată, din aruncare de la 7 metri, prin Gonzalez, iar scorul primei reprize a fost stabilit de golul lui Kuczora, 16-11. În prima repriză Șerban a avut 5 intervenții, în timp ce Eckerle a avut 10 parade în poarta celor de la Thüringer HC.

Și în repriza a doua primele care au marcat au fost handbalistele de la Dunărea, prin Gonzalez, dar în minutul 34 Hendrikse a majorat diferența la 6 goluri, după o pasă greșită a lui Liscevic, scor 19-13. La scorul de 21-14, în minutul 36, Leslie Lund a cerut primul timp de odihnă din repriza secundă. Brăila a început să joace 7 contra 6 pe faza de atac, dar la scorul de 24-14, în minutul 41, Gonzalez a trimis pe lângă poartă dintr-o aruncare de la 7 metri.

Gazdele au marcat apoi de 3 ori la rând și diferența s-a mărit pentru prima dată la 10 goluri, 27-17 în minutul 45. La 28-18 antrenorul Dunării a cerut un nou timp de odihnă în care a încercat să le motiveze pe jucătoare spunându-le că nu e totul pierdut și a continuat să joace 7 cu 6 pe atac. În minutul 51 Popa a redus handicapul la 8 goluri, dar Reichert, Hendrikse și portarul Eckerle, în poarta goală, au făcut ca diferența să se mărească la 11 goluri, 33-22, în minutul 53. Diferența de 11 goluri s-a mai înregistrat o dată, în minutul 56, când Petersen a înscris pentru 35-24. La final a fost 38-28 și Dunărea a cedat celor de la Thüringer primul loc în Grupa A din EHF European League.

Pentru HC Dunărea Brăila au marcat: Gonzalez Alvarez -6 goluri, Kanaval -4, Miloslavljevic -3, Venancio -3, Raicea -3, Bors -2, Popa -2, Jezic -2, Schmelzer -1, Michalak -1, Mohamed -1. Au mai jucat: Șerban (9 intervenții), Trusova (3 intervenții), Liscevic. Nu au intrat în acest meci Coteț și Kovarova.

GRUPA EHF – etapa 3 / 26.01.2025

H.C. Dunarea Braila 26 - 22 Thüringer HC

(12 - 11)

Duminică seara, la Buzău, HC Dunărea Brăila a învins cu 26-22 pe Thüringer HC și rămâne pe primul loc în grupa A din cadrul EHF European League, cu maximum de puncte după 3 etape. Victoria echipei brăilene a fost obținută destul de greu, după un meci echilibrat, în care fetele antrenate de danezul Jan Leslie Lund s-au desprins abia în ultimele 7 minute ale partidei.

Dunărea a început meciul cu Trusova în poartă, iar în teren cu Liscevic, Kanaval, Gonzalez, Raicea, Michalak și Jezic și au avut și primul atac, irosit de o pasă greșită a lui Liscevic, iar primele care au marcat au fost oaspetele, prin olandeza Hendrikse. Brăila a egalat prin Gonzalez, din aruncare de la 7 metri. Dunărea a trecut la conducere în minutul 6, după un gol marcat de Jezic, dar din nou jucătoarele echipei din Germania au preluat conducerea și la jumătatea primei reprize tabela arăta 4-6. La scorul de 5-7 antrenorul Dunării a cerut time-out, iar în minutul 21 echipa brăileană a egalat la 8, printr-un gol marcat de Liscevic, apoi Jezic și Michalak au făcut ca Dunărea să conducă prima dată la două goluri, 10-8 în minutul 22. La pauză scorul a fost 12-11 pentru Dunărea, iar un merit pentru asta l-a avut Kira Trusova, cu 10 parade în poarta Brăilei.

Dunărea a început mai greu repriza a doua și au marcat primul gol abia după 8 minute, prin Michalak, după ce Thuringer marcase de două ori și preluaseră conducerea. Kanaval, Jezic (în poarta goală) și Miloslavljevic (din aruncare de la 7 metri) au marcat și au dus scorul la 16-13 pentru Dunărea, în minutul 41. Handbalistele de la Thuringer au revenit și în minutul 46 au egalat la 17. La scorul de 18 -18, în minutul 49, în poarta Dunării a intrat Elena Șerban, care până la finalul meciului a avut 5 intervenții reușite. Pe fondul paradelor din poarta Dunării, echipa brăileană s-a distanțat la 5 goluri, scor 26-21, în minutul 60, iar ultimul gol al partidei a fost marcat de oaspete, prin Pichlmeier, care avea să stabilească rezultatul final, deși Dunărea a mai avut un atac irosit de Liscevic, iar contraatacul oaspetelor a fost blocat în ultima secundă de Jezic și Michalak.

Pentru HC Dunărea Brăila au marcat: Jezic -5 goluri, Liscevic -4, Michalak -4, Miloslavljevic -3 (2 de la 7 m), Bohme -3, Kanaval -3, Gonzalez -3 (2 de la 7 m), Popa -1. Au mai jucat: Raicea, Mohamed, Schmelzer, Venancio. În poartă, Trusova a avut 14 intervenții, iar Șerban a avut 5 intervenții. Liscevic, Gonzalez și Miloslavljevic au ratat câte o aruncare de la 7 metri

GRUPA EHF – etapa 2 / 18.01.2025

Larvikvs 24 - 27 H.C. Dunarea Braila

(11 - 13)

Duminică seara, la Larvik, HC Dunărea Brăila a obținut o victorie pe terenul echipei de pe primul loc în campionatul Norvegiei, în etapa a 2-a din grupa A a EHF European League, 24-27 (11-13). Dunărea a condus tot meciul cu Larvik, singura dată când cele două echipe au fost la egalitate s-a întâmplat în minutul 6, când gazdele au egalat la 1.

Kanaval a marcat primul gol al meciului de la Larvik, iar în minutul 9 scorul era deja 1-4 pentru Dunărea. După o nouă sarabandă a ratărilor, de ambele părți, în minutul 16 scorul era 3-6. În minutul 24 scorul era 7-8, apoi Miloslavljevic și Mohamed au marcat pentru Dunărea și s-a refăcut diferența de 3 goluri. Până la pauză gazdele au mai revenit la un singur gol în spatele celor de la Brăila, dar la pauză scorul a fost 11-13, cu un ultim gol marcat de Venancio, cu 8 secunde înaintea finalului de repriză.

Partea a doua a jocului a început tot cu un gol marcat de Kanaval, iar în minutul 33 Dunărea s-a distanțat prima dată la 4 goluri, după ce Liscevic a înscris pentru 12-16, iar în minutul 41 Kanaval a dus Dunărea la un avantaj de 5 goluri, scor 15-20. Liscevic a făcut ca scorul să se majoreze în minutul 48, când a marcat pentru 18-24. În minutul 57 gazdele au redus handicapul la 3 goluri, scor 22-25. La final diferența a fost tot de 3 goluri, scor 24-27.

Pentru HC Dunărea Brăila au marcat: Jezic -7 goluri, Liscevic -6, Kanaval -4, Gonzalez -3, Miloslavljjevic -2, Bohme -1, Venancio -1, Michalak -1, Popa -1, Mohamed -1. În poartă, Elena Șerban a fost magnifică, cu 19 intervenții din 43 de aruncări, un procentaj de 44,19%. Au mai jucat; Schmelzer, Raicea, Kovarova și Lixăndroi.

GRUPA EHF – etapa 1 / 12.01.2025

H.C. Dunarea Brailavs 33 - 15 ATTICGO Bm Elche

(13 - 7)

Prima repriză a fost una fără emoții pentru HC Dunărea. Gonzalez a marcat pentru 1-0 în minutul 2, iar Scmelzer și Liscevic au dus scorul la 3-0 în minutul 4. ATTICGO BM Elche a venit la un gol în spatele gazdelor, dar de la 3-2 HC Dunărea s-a desprins la 9-2 în minutul 20, grație golurilor înscrise de Jezic 2, Gonzalez 3, Liscevic 1.

Jocul a fost în continuare la discreția echipei gazdă iar la pauză HC Dunărea conducea cu 13-7.

Repriza a doua a fost asemănătoare unui antrenament cu public.

HC Dunărea avea 10 goluri avantaj, 19-9, în minutul 38, după golul semnat de Bors, iar decalajul dintre cele două combatante s-a mărit treptat până la 18 goluri, 30-12, în minutul 52.

Antrenorul Jan Leslie a rulat întreg lotul de jucătoare trecut pe raportul de joc dar HC Dunărea nu a slăbit ritmul și a "defilat" spre un succes concludent, 33-15.

Cu această victorie, HC Dunărea și-a început periplul pentru accederea în Final Four, un obiectiv realizabil ținând cont de valoarea lotului echipei brăilene. Nu doar calificarea între cele mai bune patru echipe din EHF European Ligue, ci un loc pe podium este obiectivul clubului brăilean.

Pentru HC Dunărea au marcat Jezic 6 goluri, Gonzalez 6, Bohme 4, Bors 4, Liscevic 4, Schmelzer 2, Kovarova 2, Popa 2, Milosavljevic 1, Venancio 1, Mohamed 1. Trusova a avut 11 intervenții, Șerban 6 intervenții.

Dupa aceasta perioada ,mai raman de disputat 5 etape de campionat si participarea la Final 4 –ul Cupei Romaniei.Echipa noastra are sanse reale de a ocupa un loc pe podium ,sunt aproape calificate in sezonul urmator al cupelor europene si poate castiga o medalie la Cupa Romaniei ,rezultate foarte bune pe care si le-au propus ca obiective la inceputul sezonului.

DIRECTOR TEHNIC

RADU IONEL





RAPORT DE ACTIVITATE
HANDBAL CLUB DUNAREA BRAILA
TINERET
01.01.2025 - 31.03.2025

ANTRENOR
PREDA CEZAR CRISTIAN

Echipa de tineret a HC DUNAREA BRAILA si-a reluat pregatirile pe data de 6 ianuarie ,dupa vacanta de sarbatori ,perioada in care sportivele s-au pregatit in mod individual dupa programul intocmit de club. In perioada ianuarie – martie ,echipa a disputat 10 jocuri oficiale disputate sub forma a 2 turnee si etape regulate.Bilantul acestor jocuri este de 10 victorii din 10 jocuri ,echipa clasandu-se pe primul loc in clasament ,fara infrangere in acest sezon competitional ,avand cea mai buna aparare si al 2 lea atac ,de asemenea si portarii aflandu-se in topul clasamentelor in functie de eficacitate.

Primul turneu de sala din acest an ,a avut loc in perioada 17 – 19.01.2025 si a fost organizat de clubul nostru pe teren propriu in sala Polivalenta ,unde am disputat 2 jocuri importante cu SCM Ramnicu Valcea si CSM Bucuresti ,incheiate cu victorii.

Cel de-al doilea turneu s-a disputat la Craiova in perioada 08 – 10.02.2025 ,unde am disputat de asemenea 2 jocuri ,cu Rapid Bucuresti si SCM Universitatea Craiova ,incheiate cu victorii. In continuare s-a reluat returul campionatului cu etape saptamanale ,disputate acasa si in deplasare.

Intreaga pregatire s-a desfasurat in Sala Polivalenta din Braila ,unde sportivele beneficiaza de conditii foarte bune, sala de forta ,recuperare ,materiale sportive ,sala video , cu antrenamente zilnice ,de multe ori de 2 ori pe zi. Partea de pregatire fizica ,sala de forta si alergarea se desfasoara dupa un program intocmit de preparatorul fizic ,iar partea de teorie si tehnico – tactic ,dupa planul antrenorului in functie de adversarii intalniti.

Tot in aceasta perioada ,sportiva Racovitan Amalia a suferit in timpul antrenamentului o accidentare grava la genunchi ,care a necesitat interventie chirurgicala si recuperare de lunga durata.

Sportivele Gavriela Ana Maria si Pisiceanu Andreea au participat de asemenea la actiunile Lotului national de tineret ,cu evolutii foarte bune in jocuri internationale disputate contra reprezentativei de tineret din Serbia .

Echipa de tineret a Dunarii Braila ,va continua pregatirile in acelasi ritm ,pregatindu-se pentru partea finala a campionatului ,cand va participa la Turneul Final cu cele mai bune 8 echipe din tara.

ETAPA 25 / 29 .03.2025

CS RAPID BUCURESTI TIN - HC DUNAREA BRAILA TIN
(13 – 17)
27 - 29

Sâmbătă, 29 martie, de la ora 14.00, în Sala Rapid din București, echipa de tineret a HC Dunărea Brăila a întâlnit pe CS Rapid București tineret, într-un meci care a contat pentru etapa a 25-a din Seria B a Campionatului Național de tineret la handbal feminin. Partida a opus echipele clasate pe locurile 1 și 4, iar victoria a revenit fetelor noastre, lidere detașate ale seriei, cu scorul de 27-25 (17-13).

Echipa brăileană a început bine meciul și a marcat primele două goluri prin Gavrilă. Rapidistele au egalat la 3 și la 4, dar fetele lui Preda au reușit să se distanțeze la 3 goluri în minutul 13, scor 6-9. Stavariu avea să ducă diferența la 4 goluri, după ce a marcat din aruncare de la 7 metri în minutul 18. Cea mai mare diferență de scor din prima repriză a fost de 7 goluri, în minutul 25, la scorul de 9-16, tot după un gol marcat de la 7 metri de Stavariu. Gazdele au redus handicapul la 3 goluri, iar la pauză s-a intrat când tabela indica 13-17.

În repriza secundă primele două goluri au fost marcate de rapidiste, care au reușit în minutul 41 să se apropie la un singur gol, scor 20-21. Gazdele au reușit să egaleze în minutul 46, scor 22-22, apoi a mai fost egalitate în minutul 49, scor 23-23, după care HC Dunărea a marcat de patru ori și în minutul 56 scorul era 23-27. Pe final de meci tinerele jucătoare de la Rapid au mai marcat două goluri, dar victoria și cele trei puncte au mers la Brăila, scor 25-27.

Pentru HC Dunărea Brăila tineret au marcat: S. Stavariu (6), B. Neacșu (5), A. Gavrilă (5), A. Iordache (4), M. Coteț (4), D. Mihăilă (2), A. Pop (2), A. Mici (1). În poartă Pisiceanu și Ana Maria Cristea au avut câte 7 intervenții reușite.

ETAPA 24 / 18.03.2025

HC DUNAREA BRAILA TIN - CSM BUCURESTI TIN
(21 – 14)

34 - 30

Marti, 18 martie, de la ora 17.00, în Sala Polivalentă Danubius, s-a disputat meciul din etapa a 24-a, seria B, a Campionatului național de tineret la handbal feminin, între HC Dunărea Brăila tineret și CSM București tineret. Echipa brăileană, lider detașat în serie s-a impus în fața echipei bucureștene cu scorul de 34-30 (21-14).

CSM București a fost echipa care s-a aflat la conducere în primele minute ale partidei și a condus la două goluri, scor 2-4, în minutul 7. HC Dunărea Brăila tineret preluat conducerea abia în minutul 13, când lordache a marcat pentru 7-6, apoi s-a distanțat la 5 goluri, scor 11-6 la jumătatea primei reprize. În minutul 22 fetele lui Preda s-au distanțat la 8 goluri, scor 18-10, și 21-13 în minutul 59, iar la pauză au intrat cu un avantaj de 7 goluri, scor 21-14.

În repriza a doua echipa din Brăila a marcat primul gol, prin Pop, iar în minutul 35 s-a distanțat prima dată la 11 goluri, scor 26-15. Acesta avantaj s-a mai înregistrat o singură dată, în minutul 38, la scorul de 27-16, apoi echipa bucureșteană a început să recupereze din handicapul de pe tabela de marcaj și să se apropie la 4 goluri în minutul 57, scor 33-29. În ultimul minut ale meciului s-au mai marcat două goluri. Mai întâi Daria Mihăilă a înscris pentru Brăila, din aruncare de la 7 metri, iar în ultimele secunde bucureștenele au înscris prin Lăcușteanu, care a stabilit scorul final al meciului, 34-30.

Pentru HC Dunărea Brăila tineret au marcat: Alexandra Pop (9), Bianca Neacșu (8), Daria Mihăilă (6), Adelina lordache (5), Andreea Mici (2), Ana Gavrilă (2), Selena Stavariu (2). Au mai jucat: Ana Maria Cristea (7 intervenții), Andreea Pisiceanu (4 intervenții), Raluca Neacșu – Bianca Opreșan, Denisa Ion.

După 24 de etape HC Dunărea Brăila tineret este lider în seria B din Campionatul național de tineret cu 52 de puncte din 20 de meciuri jucate, având 691 de goluri marcate și 412 primite.

ETAPA 22 / 12.03.2025

HC DUNAREA BRAILA TIN - SCM RAMNICU VALCEA

(18 – 8)

40 – 23

După victoria din etapa trecută cu Danubius Călărași, în care au marcat 57 de goluri, fetele pregătite de la HC Dunărea Brăila tineret au întâlnit miercuri după amiază, în Sala Polivalentă Danubius din Brăila, pe SCM Râmnicu Vâlcea tineret, în etapa a 22-a din seria B a Campionatului Național de tineret. Echipa brăileană s-a impus cu 40-23 (18-8), într-un duel al primelor două clasate în serie. Toate jucătoarele de pe foaia de joc au intrat în acest meci și toate au marcat, inclusiv portarul Raluca Neacșu.

După ce echipa vâlceană a condus de două ori în startul partidei, echipa brăileană a trecut la conducere în minutul 6 și nu au mai cedat inițiativa până la finalul meciului, reușind să intre la pauză cu un avantaj de 10 goluri, scor 18-8.

După pauză tot jucătoarele de la Brăila au marcat primele și au avut un avans chiar de 19 goluri, scor 38-19, în minutul 56. Rezultatul final a fost 40-23.

Pentru HC Dunărea Brăila tineret au marcat: A. Iordache (8), B. Neacșu (8), D. Mihailă (7), B. Mici (7), A. Pop (4), S. Staviaru (1), A. Gavrilă (1), M. Coteț (1), R. Neacșu (1), B. Oprișan (1), C. Decianu (1). În poartă: Raluca Andreea Neacsu 3/11, Andreea Cristina Pisiceanu 4/11, Ana Maria Cristea 3/11.

ETAPA 21 / P1.03.2025

CS DANUBIUS CALARASI - HC DUNAREA BRAILA TIN

(23 – 32)

35 – 57

Pentru HC Dunărea Brăila tineret au marcat

În această etapă, echipa de tineret s-a deplasat la Calarasi pentru a disputa etapa 21 a campionatului regulat, un joc ce s-a desfășurat într-o sală improprie handbalului, cu o suprafață alunecoasă, foarte riscantă pentru jucătoare. De aceea sportivele nu au putut evolua la capacitate maximă, mai ales pe faza de apărare. Meciul a fost de la început la final la discreția jucătoarelor noastre, care au reușit să marcheze multe goluri ușoare pe

contratac. Pentru Braila au marcat : Decianu – 8 ,Neacsu – 5 ,Oprisan – 2 , lordache – 17 , Mici - 13 , Pop – 7 ,Stavariu – 5 si Neacsu Raluca – 8 interventii.

ETAPA 20 / 22.02.2025
HC DUNAREA BRAILA TIN - CSM TG. JIU TIN
(27 – 9)
43 – 22

Sâmbătă, 22 februarie, de la ora 11.00, în sala Liceului cu Program Sportiv, echipa de tineret a HC Dunărea Brăila a întâlnit echipa de tineret a celor de la CSM Târgu Jiu, într-un meci care a contat pentru etapa a XX-a din seria A din cadrul campionatului național de tineret. Echipa brăileană s-a impus cu scorul de 43-22 (27-9) și este lider detașat în serie cu o etapă înaintea finalului de sezon regulat.

Tinerele jucătoare de la HC Dunărea Brăila au avut un start de meci în forță și în minutul 9 conduceau cu 9-0. Prima repriză a continuat în același ritm și la pauză fetele noastre au intrat cu un avantaj de 18 goluri, scor 27-9.

După pauză tot echipa brăileană a marcat primele două goluri și avansul s-a majorat la 20 de goluri, 29-9 în minutul 33, iar în minutul 36 diferența de pe tabela de marcaj era de 24 de goluri, 34-10. La jumătatea părții a doua a meciului oaspetele au redus handicapul la 21 de goluri, dar în minutul 52 echipa gazdă s-a distanțat la 26 de goluri, scor 42-16. Echipa brăileană a lăsat un pic garda jos și gorjencele au marcat de 6 ori fără să primească gol și astfel diferența s-a micșorat la 20 de goluri în minutul 57. La final a fost 43-22, cu un ultim gol al meciului marcat de Andreea Mici.

Golurile celor de la HC Dunărea tineret au fost marcate de: Adelina lordache (11), Alexandra Pop (11), Andreea Mici (7), Daria Mihăilă (4), Claudia Decianu (3), Bianca Neacșu (3), Selena Stavariu (3), Ana Maria Gavrila (1). În poartă, Raluca Neacșu a avut 12 intervenții, iar Ana Maria Cristea a avut 5 intervenții.

ETAPA 19 / 13.02.2025
CSM SLATINA TIN - HC DUNAREA BRAILA TIN
(12 – 21)
28 - 44

În prima etapa a returului, echipa de tineret a jucat în deplasare pe terenul echipei CSM Slatina, un joc în care nu s-a pus în discuție nici o clipă castigatoarea jocului, echipa noastră conducând în permanență pe tabela.

Pentru Braila au marcat : Decianu – 1 ,Mihaila – 10 ,Neacsu – 3 ,lordache – 10 , Mici – 10 ,Pop – 4 , Gavrilă – 4 ,Stavariu -2 , Neacsu Raluca – 3 interventii , Pisiceanu – 1 ,Cristea – 9.

TURNEUL DE SALA 3 CRAIOVA 8 – 10.02.2025

În perioada 8-10 februarie, la Craiova, a avut loc al treilea turneu al campionatului național de tineret, grupa B, din care face parte și echipa de la HC Dunărea Brăila, . La acest turneu, echipa brăileană a avut programate două jocuri, sâmbătă, cu CS Rapid București, și duminică, cu SCM Craiova.

În meciul de sâmbătă, cu CS Rapid București tineret, echipa antrenată de Cristian Preda a câștigat cu 33-22 (15-12). Rapid a condus doar în starul meciului, când a marcat primele două goluri ale partidei, apoi au mai avut 2-4, iar Brăila a preluat conducerea prima dată în minutul 9, scor 5-4. Ultima dată a fost egalitate la scorul de 7-7, în minutul 12, după care tinerele jucătoare de la echipa de tineret a Dunării Brăila s-au desprins și au câștigat fără emoții.

Au marcat pentru Dunărea Brăila tineret: D. Mihăilă (8), A. Gavrilă (7), A. Mici (7), B. Neacșu (5), B. Opreșan (2), A. Racovițan (2), A. Lordache (1), S. Stavariu (1). În poartă Andreea Cristina Pisiceanu a avut 12 intervenții, Raluca Andreea Neacșu a avut 3 intervenții.

În partida de duminică, echipa brăileană a întâlnit gazda turneului, SCM Craiova, pe care a învins-o cu 39-17 (16-9), tot după un start ezitant în care oltencele au condus cu 3-0 și 4-1. Brăila a egalat la 6 în minutul 16, apoi au trecut prima dată la conducere și au continuat să-și mărească avantajul.

Golurile echipei brăilene au fost marcate de: S. Stavariu (6), A. Mici (5), A. Pop(5), D. Mihăilă (4), B. Neacșu (4), A. Gavrilă(4), B. Opreșan (3), C. Decianu (3), A. Lordache (3), A. Racovițan (1), D. Iorga (1). În poartă, Raluca Andreea Neacșu a avut 5, iar Ana Maria Cristea a avut două intervenții.

HC Dunărea Brăila tineret încheie cel de-al treilea Turneu intermediar din cadrul Campionatului Național de Tineret pe primul loc în Seria B, acumulând un total de 40 de puncte.

TURNEUL DE SALA 2
BRILA 17– 19.01.2025

La acest sfârșit de săptămână, Sala Polivalentă Danubius din Brăila a găzduit al doilea turneu al campionatului național de tineret la handbal feminin, seria B. După acest turneu, echipa brăileană, a rămas lider neînvins al seriei, reușind să câștige meciurile cu echipele de pe următoarele două locuri, SCM Râmnicu Vâlcea și CSM București.

Vineri, 17 ianuarie, HC Dunărea Brăila tineret a întâlnit echipa de tineret a celor de la SCM Râmnicu Vâlcea, un meci între echipele care anul trecut, la prima ediție a campionatului, au jucat finala campionatului, câștigat în premieră de clubul brăilean. Meciul de vineri a fost dominat clar de echipa din Brăila, care s-a impus cu 24-17 (13-9). Golurile echipei brăilene au fost marcate de: Iordache -5, Racovițan -4, Neacșu -3, Coteț -3, Cocianu -3, Mihăilă -2, Gavrilă -2, Mici -1, Pop -1.

Duminică după amiază, echipa de tineret de la HC Dunărea Brăila a întâlnit echipa de tineret a celor de la CSM București. Fetele noastre au reușit să obțină victoria, după o repriză secundă foarte bună, în care au reușit să întoarcă rezultatul înregistrat la pauză. Dunărea a învins cu 28-26 (14-16). Prima repriză a fost dominată de echipa bucureșteană, care a condus în minutul 15 a o diferență de 3 goluri, iar la finalul primelor 30 de minute au avut două goluri peste echipa din Brăila. După pauză, tinerele jucătoare de la Dunărea au revenit, reușind să marcheze primele 3 goluri din partea a doua și să treacă din nou la conducere. La jumătatea reprizei secunde bucureștenele s-au aflat din nou la conducere, dar în ultimele 10 minute ale partidei Dunărea s-a distanțat chiar și a 4 goluri, 28-24. Pentru HC Dunărea Brăila tineret au marcat: Bianca Mici -8 goluri, Mihăilă -6, Coteț -3, Neacșu -2, Iordache -2, Pop -2, Gavrilă -2, Iorga -2, Cocianu -1.

Inainte de ultima etapa ,echipa braileana este calificata de pe primul loc ,la Turneul final din perioada 25 – 27.04.2025 ,locatia nefiind inca stabilita.

H.C. DUNAREA BRAILA
JUNIOARE 3
RAPORT DE ACTIVITATE T1 2025



Antrenor: CHIȘ IRINA

Pentru fiecare antrenament folosesc strategii didactice care au asigurat caracterul aplicativ al invatarii si formarii competentelor specifice (schite de lectii, concordanta intre obiectivele operationale – continuturi - activitati de invatare metode didactice - mijloace didactice predarii jocului de handbal) si am utilizat eficient toate resursele materiale din cadrul Clubului HC Dunarea Braila puse la dispozitie.

Pregatirea a continuat conform planificarii in lunile ianuarie, februarie si martie, programul fiind urmatorul:

Plan de pregatire:

IANUARIE						
Luni	Marti	Miercuri	Joi	Vineri	Sambata	Duminica
		1	2	3	4	5
6 LIBER	7 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	8 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	9 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	10 TURNEU DE PREGATIRE BRASOV	11 TURNEU DE PREGATIRE BRASOV	12 TURNEU DE PREGATIRE BRASOV
13 LIBER	14 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	15 17:30 Sala Polivalenta Vizionare meci liga	16 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	17 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	18 TURNEU DE PREGATIRE CALARASI	19
20 LIBER	21 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	22 17:30 Sala Polivalenta Vizionare meci liga	23 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	24 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	25	26 11:00 MECI HCDB-LPS BRAILA
27 LIBER	28 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	29 18:30 JUNIOARE 3 SALA POLIVALENTA	30 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	31 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S		

FEBRUARIE

Luni	Marti	Miercuri	Joi	Vineri	Sambata	Duminica
					1	2 15:00 MECI HCDB- ACS UNIREA DROBOIESTI
3 LIBER	4 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	5 18:30 JUNIOARE 3 SALA POLIVALENTA	6 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	7 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	8	9 14:00 MECI SCM DUNAREA 2020 GIURGIU- HCDB
10 LIBER	11 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	12 17:00 Sala Polivalenta Vizionare meci liga	13 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	14 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	15	16 14:00 MECI HCDB- LPS I. BALAS SOTER BUZAU
17 LIBER	18 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	18 18:30 JUNIOARE 3 SALA POLIVALENTA	20 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	21 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	22	23
24 LIBER	25 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	26 17:00 Sala Polivalenta Vizionare meci liga	27 16:30 MECI SCM GLORIA BUZAU- HCDB	28 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S		

MARTIE

Luni	Marti	Miercuri	Joi	Vineri	Sambata	Duminica
					1	2
3 LIBER	4 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	5 18:30 JUNIOARE 3 SALA POLIVALENTA	6 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	7 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	8 Activitate 8 Martie ziua mamei	9
10 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	11 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	12 18:30 JUNIOARE 3 SALA POLIVALENTA	13 TURNEU VALOARE 1 SLOBOZIA	14 TURNEU VALOARE 1 SLOBOZIA	15 TURNEU VALOARE 1 SLOBOZIA	16
17 LIBER	18 LIBER	19 18:30 JUNIOARE 3 SALA POLIVALENTA	20 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	21 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	22	23
24 LIBER	25 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	26 18:30 JUNIOARE 3 SALA POLIVALENTA	27 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	28 18:00 JUNIOARE 3 SALA L.P.S	29	30
31 LIBER						

Plan de pregătire:

Eșalonarea conținutului pregătirii

SAPTAMANA	Obiective – sarcini de antrenament
27	79.- Dezvoltarea îndemânării specifice - Repetarea marcajului și demarcajului - Joc școală (apărare “om la om” pe jumătate de teren) 80 - Dezvoltarea îndemânării specifice - Repetarea marcajului și demarcajului - Joc școală (apărare “om la om” pe jumătate de teren) 81.- Dezvoltarea îndemânării specifice - Repetarea marcajului și demarcajului - Joc bilateral
28	82 - Dezvoltarea rezistenței specifice - Repetarea aruncării la poartă din plonjon - Joc școală (Golul din arunc cu plonjon se dublează) 83 - Dezvoltarea rezistenței specifice - Repetarea aruncării la poartă din plonjon - Joc școală (golul din arunc cu plonjon se dublează) 84.- Dezvoltarea rezistenței specifice - Repetarea aruncării la poartă din plonjon - Joc bilateral
29	85 - Dezvoltarea vitezei de reacție - Consolidarea contraatacului și replierii colective - Joc școală (golul precedat de dep.ind. se dublează) 86 - Dezvoltarea vitezei de reacție - Consolidarea contraatacului și replierii colective - Joc școală (golul precedat de dep.ind. se dublează) 87.- Dezvoltarea vitezei de reacție - Consolidarea contraatacului și replierii colective - Joc bilateral
30	88 - Dezvoltarea vitezei de execuție - Consolidarea sistemului de atac cu un pivot - Joc școală (golurile din aruncări cu plonjon se dublează) 89 - Dezvoltarea vitezei de execuție - Consolidarea sistemului de atac cu un pivot - Joc școală (golurile din aruncări cu plonjon se dublează) 90.- Dezvoltarea vitezei de execuție - Consolidarea sistemului de atac cu un pivot - Joc bilateral
31	91 - Dezvoltarea vitezei de deplasare - Consolidarea apărării în zonă 6+0 - Joc școală (golurile din pătrundere pe culoar se dublează) 92 - Dezvoltarea vitezei de deplasare - Consolidarea apărării în zonă 6+0 - Joc școală (golurile din pătrundere pe culoar se dublează) 93 - Dezvoltarea vitezei de deplasare

	<ul style="list-style-type: none"> - Consolidarea apărării în zonă 6+0 - Joc bilateral
32	<ul style="list-style-type: none"> 94 - Consolidarea aruncărilor la poartă - Joc bilateral 95 - Consolidarea aruncărilor la poartă - Joc bilateral 96 - Consolidarea aruncărilor la poartă - Joc bilateral
27	<ul style="list-style-type: none"> 79.- Dezvoltarea îndemânării specifice - Repetarea marcajului și demarcajului - Joc școală (apărare “om la om” pe jumătate de teren) 80 - Dezvoltarea îndemânării specific - Repetarea marcajului și demarcajului - Joc școală (apărare “om la om” pe jumătate de teren) 81.- Dezvoltarea îndemânării specifice - Repetarea marcajului și demarcajului - Joc bilateral
28	<ul style="list-style-type: none"> 82 - Dezvoltarea rezistenței specifice - Repetarea aruncării la poartă din plonjon - Joc școală (Golul din arunc cu plonjon se dublează) 83 - Dezvoltarea rezistenței specifice - Repetarea aruncării la poartă din plonjon - Joc școală (golul din arunc cu plonjon se dublează) 84.- Dezvoltarea rezistenței specifice - Repetarea aruncării la poartă din plonjon - Joc bilateral
29	<ul style="list-style-type: none"> 85 - Dezvoltarea vitezei de reacție - Consolidarea. contraatacului și replierii colective - Joc școală (golul precedat de dep.ind. se dublează) 86 - Dezvoltarea vitezei de reacție - Consolidarea contraatacului și replierii colective - Joc școală (golul precedat de dep.ind. se dublează) 87.- Dezvoltarea vitezei de reacție - Consolidarea contraatacului și replierii colective - Joc bilateral
30	<ul style="list-style-type: none"> 88 - Dezvoltarea vitezei de execuție - Consolidarea sistemului de atac cu un pivot - Joc școală (golurile din aruncări cu plonjon se dublează) 89 - Dezvoltarea vitezei de execuție - Consolidarea sistemului de atac cu un pivot - Joc școală (golurile din aruncări cu plonjon se dublează) 90.- Dezvoltarea vitezei de execuție - Consolidarea sistemului de atac cu un pivot - Joc bilateral
31	<ul style="list-style-type: none"> 91 - Dezvoltarea vitezei de deplasare - Consolidarea apărării în zonă 6+0 - Joc școală (golurile din pătrundere pe culoar se dublează) 92 - Dezvoltarea vitezei de deplasare

	<ul style="list-style-type: none"> - Consolidarea apărării în zonă 6+0 - Joc școală (golurile din pătrundere pe culoar se dublează) 93 - Dezvoltarea vitezei de deplasare - Consolidarea apărării în zonă 6+0 - Joc bilateral
32	<ul style="list-style-type: none"> 94 - Consolidarea aruncărilor la poartă - Joc bilateral 95 - Consolidarea aruncărilor la poartă - Joc bilateral 96 - Consolidarea aruncărilor la poartă - Joc bilateral
27	<ul style="list-style-type: none"> 79.- Dezvoltarea îndemânării specifice - Repetarea marcajului și demarcajului - Joc școală (apărare “om la om” pe jumătate de teren) 80 - Dezvoltarea îndemânării specific - Repetarea marcajului și demarcajului - Joc școală (apărare “om la om” pe jumătate de teren) 81.- Dezvoltarea îndemânării specifice - Repetarea marcajului și demarcajului - Joc bilateral
28	<ul style="list-style-type: none"> 82 - Dezvoltarea rezistenței specifice - Repetarea aruncării la poartă din plonjon - Joc școală (Golul din arunc cu plonjon se dublează) 83 - Dezvoltarea rezistenței specifice - Repetarea aruncării la poartă din plonjon - Joc școală (golul din arunc cu plonjon se dublează) 84.- Dezvoltarea rezistenței specifice - Repetarea aruncării la poartă din plonjon - Joc bilateral
29	<ul style="list-style-type: none"> 85 - Dezvoltarea vitezei de reacție - Consolidarea. contraatacului și replierii colective - Joc școală (golul precedat de dep.ind. se dublează) 86 - Dezvoltarea vitezei de reacție - Consolidarea contraatacului și replierii colective - Joc școală (golul precedat de dep.ind. se dublează) 87.- Dezvoltarea vitezei de reacție - Consolidarea contraatacului și replierii colective - Joc bilateral

Am folosit jocuri dinamice și pregătitoare, ștafete și concursuri, exerciții specifice după cum urmează:

I. Mișcarea în teren - Mt

- Mt 1. Prinde-l pe ultimul, 3 x 2 min, pauză 45 sec
- Mt 2. De-a prinsa cu tăierea drumului, 2 x 4 min, pauză 30 sec
- Mt 3. Năvodul, 4 x 4 min, pauză 30 sec
- Mt 4. Cursa pe numere, 2 x 5 min, pauză 1 min
- Mt 5. Labirintul, 4 x 4 min, pauză 45 sec
- Mt 6. Urmărește-l pe cel cu minge, 2 x 5 min, pauză 45 sec
- Mt 7. Ștafete cu ; alergare cu fața și cu spatele, porniri, întoarceri, opriri, sărituri, schimbări de direcție, 6 x 30 m, pauză 45 sec
- Mt 8. Alergare cu pași adăugați (lateral, înainte sau înapoi) și pași încrucișați, 4 x 30 m, pauză 45 sec
- Mt 9. Galop lateral, înainte, înapoi, 4 x 30 m, pauză 45 sec
- Mt 10. Deplasări laterale, înainte și înapoi din poziție fundamentală de apărare, 6 x 30 sec, pauză 30 sec

II. Școala mingii – M

- M 1. Jonglerii cu mingea, 4 x 1 min, pauză 30 sec
- M 2. Mingea peste pod, 5 x 1 min, pauză 30 sec
- M 3. Mingea pe sub pod, 5 x 1 min, pauză 30 sec
- M 4. Mingea în val, 5 x 1 min, pauză 30 sec
- M 5. Mingea călătoare (prin lateral), 5 x 1 min, pauză 30 sec
- M 6. Ștafete cu transportul mingiilor (de diferite dimensiuni), 4 x 30 m, pauză 45 sec
- M 7. Ștafete cu rostogolirea a două mingii, 4 x 30 m, pauză 45 sec

III. Prinderea și pasarea mingii – P

- P 1. Apără cetatea, 4 x 2 min, pauză 30 sec
- P 2. Mingea frige, 4 x 2 min, pauză 30 sec
- P 3. Mingea în stea, 2 x 5 min, pauză 1 min
- P 4. Mingea la căpitan, 4 x 3 min, pauză 30 sec
- P 5. Mingea națiunilor, 2 x 5 min, pauză 1 min
- P 6. Pasează numărul strigat, 4 x 4 min, pauză 30 sec

- P 7. Goana mingiilor, 2 x 5 min, pauză 1 min
- P 8. Ștafete cu pase în doi, 6 x 30 m, pauză 45 sec
- P 9. Pase în 2 și 3 jucători, de pe loc, 5 x 2 min, pauză 1 min
- P 10. Pase în triunghi, cu ieșire la minge, 6 x 2 min, pauză 45 sec
- P 11. Pase în zig-zag, 6 x 2 min, pauză 45 sec
- P 12. Pase în pătrat, 6 x 2 min, pauză 45 sec
- P 13. Pase în stea, 6 x 2 min, pauză 45 sec
- P 14. Pase din alergare între 2, 3, 4 jucători, fără și cu aruncare, 8 x 30 m, pauză 45 sec
- P 15. Suveică simplă, 5 x 2 min, pauză 1 min
- P 16. Suveică dublă, fără și cu aruncare, 5 x 3 min, pauză 45 sec
- P 17. Pătratul mișcător, cu una și două mingii, 4 x 4 min, pauză 45 sec
- P 18. La nivel de inter stânga și dreapta, pase în pătrundere și retragere înapoia șirului, 4 x 2 min, pauză 45 sec
- P 19. La nivel de inter stânga, inter dreapta și centru, pase în pătrundere și retragere înapoia șirului, 3 x 3 min, pauză 30 sec
- P 20. Pe grupe de patru, interi și extreme, pase în pătrunderi succesive, fără sau cu aruncare de la nivelul extremelor sau interilor, 3 x 5 min, pauză 1 min
- P 21. Din așezare în atac, fără pivot, pase în pătrunderi succesive, fără sau cu aruncare, 3 x 5 min, pauză 1 min

IV. Aruncarea la poartă (de pe loc) – Ap

- Ap 1. Mingea la țintă, 2 x 5 min, pauză 30 sec
- Ap 2. Aruncă cel strigat, 2 x 5 min, pauză 30 sec
- Ap 3. Rața sălbatică, 2 x 6 min, pauză 1 min
- Ap 4. Mingea pe sub șnur, 2 x 5 min, pauză 30 sec
- Ap 5. Mingea la turn, 2 x 6 min, pauză 1 min
- Ap 6. Doboară mingea, 2 x 6 min, pauză 1 min
- Ap 7. Culorile (aruncă culoarea strigată), 2 x 6 min, pauză 1 min
- Ap 8. Cursa cu ochire, 2 x 6 min, pauză 1 min
- Ap 9. Concurs de aruncări la distanță (cu mingi de tenis sau de oină), 4 x 2 min, pauză 30 sec
- Ap 10. Aruncări la poartă de pe loc (lovirea bări verticale sau orizontale, 3 x 10 aruncări)
- Ap 11. Aruncări la poarta împărțită în 9 dreptunghiuri, 3 x 7 aruncări
- Ap 12. Aruncări la poartă precedată de pase, de pe diferite posturi din atac, 3 x 10 aruncări
- Ap 13. Aruncări la poartă precedată de dribling, 3 x 10 aruncări

- Ap 14. Aruncări la poartă din plonjon, 3 x 7 aruncări
- Ap 15. Aruncări la poartă precedate de pase în potcoavă, 3 x 5 aruncări
- Ap 16. Aruncări la poartă cu pași încrucișați, 3 x 10 aruncări
- Ap 17. Aruncări la poartă din săritură sau plonjon, precedate de pase, 3 x 10 aruncări
- Ap 18. Aruncări la poartă din săritură peste banca de gimnastică, 2 x 10 aruncări
- Ap 19. Aruncări la poartă de pe extreme, fără și cu plonjon, 3 x 10 aruncări
- Ap 20. Aruncări la poartă de la 7 m, 4 x 2 aruncări

V. Driblingul – D

- D 1. Drum lung cu dribling, 6 x 30 m, pauză 45 sec
- D 2. Mingea pe cărare, 6 x 30 m, pauză 45 sec
- D 3. Cursa pe numere cu dribling, 2 x 5 min, pauză 30 sec
- D 4. Dribling printre obstacole, 6 x 30 m, pauză 30 sec
- D 5. Dribling pe loc, cu brațul îndemânatic sau cel neîndemânatic, 4 x 45 sec, pauză 30 sec
- D 6. Dribling din alergare în linie dreaptă, 6 x 30 m, pauză 30 sec
- D 7. Suveică simplă cu dribling (20-30 m), 4 x 2 min, pauză 45 sec
- D 8. Dribling printre 6 jaloane, fără și cu aruncare, 2x 8 execuții, pauză 45 sec
- D 9. Ștafetă cu dribling, pe grupe de 4 jucători, 6 x 30 m, pauză 30 sec
- D 10. Dribling în viteză pe 15-20 m urmat de pasă sau aruncare, 3 x 7 execuții, pauză 45 sec
- D 11. Dribling, pasă, prindere, dribling, aruncare, 2 x 10 execuții, pauză 1 min.

VI. Marcajul și demarcajul – MD

- MD 1. Leapșa cu ghemuire, 3 x 2 min, pauză 30 sec
- MD 2. Prinde umbra, 6 x 30 sec, pauză 30 sec
- MD 3. Deplasări "în oglindă", 6 x 30 sec, pauză 30 sec
- MD 4. Crabi și creveții, 6 x 30 sec, pauză 30 sec
- MD 5. Cursa cu urmărire în linii, 2 x 5 min, pauză 1 min
- MD 6. Cine ține mingea mai mult, 4 x 3 min, pauză 1 min
- MD 7. Joc 2:2, pe jumătate de teren, 4 x 2 min, pauză 1 min
- MD 8. Joc 3:3, pe jumătate de teren, 4 x 3 min, pauză 1 min
- MD 9. Joc 4:4, pe tot terenul, 3 x 4 min, pauză 2 min

MD 10. Joc cu apărare "om la om" pe tot terenul, 4 x 3 min, pauză 2 min

VII. Atacarea adversarului cu minge – Aa

- Aa 1. Deplasări "în oglindă" pe perechi, 4 x 40 sec, pauză 20 sec
- Aa 2. Din deplasări în poziție fundamentală de apărător, pe perechi de câte doi, atingerea umerilor partenerului, 4 x 45 sec, pauză 15 sec
- Aa 3. Deplasări cu pas adăugat pe semicerc, cu ieșiri la nivelul interioare și centrului, cu atingerea unor jaloane, 6 execuții, pauză 30 sec
- Aa 4. Pe grupe de câte doi, atacantul la 9 m, apărătorul la 6 m, apărătorul ieșire și atacarea adversarului urmată de retragere oblică, 3 x 10 execuții, după fiecare serie se schimbă rolurile
- Aa 5. Joc școală 3:3, 4:4, 5:5, pe jumătate de teren, 3 x 3 min, pauză 1 min

VII. Depășirea individuală – Di

- Di 1. Din alergare ușoară pe lungimea terenului, la fluierul antrenorului se execută schimbare simplă de direcție, 6 x 30 m, pauză 30 sec
- Di 2. Din alergare ușoară, fiecare cu minge în mână, aruncarea acesteia ușor în sus, prinderea, efectuarea unei schimbări de direcție urmată de un dribling, 6 x 4 execuții, pauză 30 sec
- Di 3. Pe grupe de câte doi, un atacant și un apărător pasiv, atacantul primește mingea de la apărător, efectuează o depășire urmată de aruncare la poartă, 2 x 10 execuții fiecare
- Di 4. Depășire individuală cu apărător semiactiv, cu pas primit din lateral, 2 x 10 execuții
- Di 5. Joc 1:1, 4 x 5 atacuri fiecare, pauză 1 min

VIII. Contraatacul colectiv – Ca

- Ca 1. Suveică dublă, pe grupe de 3, 4 jucători, 4 x 4 min, pauză 45 sec
- Ca 2. Pase din deplasare între 2, 3, 4 atacanți, cu 1, 2, 3 apărători (pasivi sau semiactivi), fără sau cu finalizare, 4 x 4 min, pauză 1 min
- Ca 3. Pase din deplasare între 2, 3, 4 atacanți, cu 1, 2, 3 apărători activi în jumătatea adversă de teren, fără sau cu finalizare, 4 x 4 min, pauză 1 min
- Ca 4. Joc 3:3 sau 4:4, fără repunerea mingii de la centru, 4 x 3 min, pauză 2 min

IX. Replierea colectivă – Re

Re 1. Pe grupe de câte doi, unu execută dribling, celălalt se retrage pe direcția lui de înaintare, 6 x 30 , pauză 30 sec

Re 2. Suveică dublă, pe grupe de 3, 4 jucători cu repliere, 4x 3 min, pauză 1 min

Re 3. Pe grupe de doi atacanți la nivel de interi care execută 2, 3 pase finalizate cu aruncare, urmate de repliere la celălalt semicerc, 15 execuții, pauză 45 sec

Re 4. Joc 3:3 sau 4:4, fără repunerea mingii de la centru, 4 x 3 min, pauză 2 min

Re 5. Pe grupe de 3, 4 în atac, pase în pătrunderi succesive finalizate cu aruncare, urmate de repliere, 10 execuții, pauză 45 sec

X. Sistemul de atac cu un pivot – At

At 1. Din așezare în atac cu un pivot, pase în pătrundere succesivă de la o extremă la cealaltă și retur, 4 x 2 min, pauză 1 min

At 2. Din așezare în atac cu un pivot, pase în pătrundere succesivă din doi în doi (extremă-centru-extremă-pivot-inter-inter), 4 x 3 min, pauză 1 min

At 3. Din așezare în atac cu un pivot, pase în pătrundere succesivă cu angajarea pivotului de către inter, 4 x 3 min, pauză 1 min

At 4. Din așezare în atac cu un pivot, pase în pătrundere succesivă cu schimbarea direcției de pasare, cu apărători semiactivi, 4 x 3 min, pauză 1 min

XI. Sistemul de apărare “om la om” – Oo

Oo 1. Deplasări “în oglindă”, pe perechi de câte doi, 4 x 2 min, pauză 45 sec

Oo 2. Joc “Cine ține mingea mai mult”, pe echipe de 4, 5, sau 6 jucători, 3 x 2-4 min, pauză 1 min

Oo 3. Joc școală pe jumătate de teren, pe grupe de 4, 5 sau 6 jucători, 3 x 5 min, pauză 2 min

Oo 4. Joc școală cu apărare “om la om” pe tot terenul, 4 x 5 min, pauză 2 min

XII. Sistemul de apărare în zonă "6 +0" – Az

Az 1. Trei apărători în zona centrală care se deplasează după mingea pasată între centru și cei doi interii, 3 x 2 min de lucru ca apărător, pauză 1 min

Az 2. Patru apărători și patru atacanți (doi interii și două extreme), atacanții pasează mingea iar apărătorii, ținându-se de mâini încearcă să fie totdeauna pe direcția mingii, 3 x 2 min de lucru ca apărător, pauză 1 min

Az 3. Patru apărători și cinci atacanți, atacanții pasează mingea în pătrundere, apărătorii atacă jucătorul cu mingea și se retrag oblic în sensul de pasare a mingii, 3 x 2 min de lucru ca apărător, pauză 1 min

Az 4. Cinci apărători și cinci atacanți, atacanții pasează mingea în pătrundere cu schimbarea direcției de pasare, apărătorii atacă jucătorul cu mingea și se retrag oblic în sensul de pasare a mingii, 3 x 2 min de lucru ca apărător, pauză .

Antrenamentele se desfășoară în incinta Sălii Liceului cu Program Sportiv luni, marți, joi și vineri și Sala Polivalentă miercuri.

În perioada de pregătire urmăresc să am o relație corectă cu sportivele, o bună comunicare, să le acord în permanență încredere. Pe fondul constientizării și creșterii responsabilității în procesul de pregătire unele dintre sportivele au avut o creștere vizibilă.

Jucătoarele au fost într-o formă sportivă bună, s-au omogenizat relațiile tactice în apărare cât și în atac, a crescut procentajul de finalizare în relația 1 la 1 cu portarul, creșterea mobilității apărării pentru creșterea raportului supranumeric în zona mingii; perfecționarea atacului rapid prin contraatac, faza a II-a, repunere după gol; perfecționarea procedurilor de pasare și aruncare în condiții de joc.

În perioada 01.01- 31.03.2025 echipa de handbal Junioare III al Clubului de Handbal Dunarea Braila a avut meciuri amicale cât și turnee de pregătire cu echipa de Junioare III/ Junioare II LPS Braila și Echipa de Junioare IV HC Dunarea Braila, turneu de pregătire Brașov și Calrași dovedind beneficiile echipei, pot spune că am reușit să îmbunătățesc și să perfecționez următoarele obiective propuse: creșterea angajamentului sportiv individual; creșterea mobilității de deplasare în apărare pentru creșterea raportului supranumeric în zona mingii; respectarea cu strictețe a principiilor de bază în vederea funcționării sistemului de apărare;