

HODNOCENÍ AKCE

sekce:	plavání	výběr:	reprezentace	kategorie:	junioři
název:	Olympic Hopes' Meeting 2020				
místo:	Budapešť (HUN)			datum:	5. 11. - 16. 11. 2020



vedoucí akce:	Libor Kohut	post / trenérská třída:	trenér/ 1. třída
realizační tým:	Lukáš Luhový	post / trenérská třída:	trenér/ 1. třída
	Roman Eckert	post / trenérská třída:	trenér/ 2. třída
	Štěpán Matek	post / trenérská třída:	trenér/ 2. třída
	Adam Kolek	post / trenérská třída:	kondiční trenér
	Eva Blechová	post / trenérská třída:	fyzioterapeut, masér
		post / trenérská třída:	
		post / trenérská třída:	
sportoviště:	Gyarmati Dezsó Uszoda (33m)	známka: (1-5)	2
	Tuske Swimming Complex (50m)	známka: (1-5)	1
	Venkovní prostory, Gyarmati Dezsó Uszoda, Budapešť	známka: (1-5)	3
		známka: (1-5)	1
ubytování:	Danubius Gellért Hotel	známka: (1-5)	1
strava:	Danubius Gellért Hotel	známka: (1-5)	1
doprava:	Doprava Bus	známka: (1-5)	1

doplňující komentář technického a organizačního zabezpečení akce (doporučení, připomínky):

foto účastníků akce:



rozdělení skupin podle trenérů:

MATEK	Štěpán	1	KOHUT	Libor	4	
LUHOVÝ	Lukáš	2				
ECKERT	Roman	3				

zúčastnění sportovci (výběry do 18let seřazeni od nejstaršího ročníku; výběry nad 18 let seřazeni podle abecedy):

příjmení	jméno	klub	ročník	sk.	příjmení	jméno	klub	ročník	sk.	příjmení	jméno	klub	ročník	sk.
BURSA	Jakub	PKLib	2003	1	KINTEROVÁ	Terezie	PKJH	2004	2	KUKRECHT	Ondřej	KPSOs	2003	3
MATULA	Vojtěch	ÚAPS	2003	1	BARTOŠOVÁ	Denisa	Boh	2005	2	MÍČEK	Martin	SpPř	2003	3
KOUTNÝ	David	PKNJ	2003	1	FIŠEROVÁ	Markéta	ÚAPS	2005	2	VAVŘÍN	Šimon	PKNJ	2004	3
ČAJKA	Filip	TJZn	2004	1	FRAŇKOVÁ	Clementina	KomBr	2005	2	KERN	Tobias	KPSOs	2005	3
CHOCHOLATÝ	Tomáš	SIPI	2004	1	CHALUPOVÁ	Adéla	PKLit	2006	2	KNEDLA	Miroslav	Zlín	2005	4
JUDICKIJ	Michal	Boh	2004	1	SÝKOROVÁ	Terez Anna	Boh	2006	2	KUČERA	Milan	ASKBI	2003	4
					VOKATÁ	Eliška	FEZKO	2006	2	COGAN	Mikuláš	KPSOs	2005	4
					ZÁVADOVÁ	Petra	MoP	2006	2	TUŽILOVÁ	Natálie	KPSOs	2005	4
										NEKOKSOVÁ	Julie	PoPro	2005	4
										GRACÍK	Daniel	SCPAP	2004	4

zúčastnění sparingpartneři (výběry do 18let seřazeni od nejstaršího ročníku; výběry nad 18 let seřazeni podle abecedy):

příjmení	jméno	klub	ročník	sk.	příjmení	jméno	klub	ročník	sk.	příjmení	jméno	klub	ročník	sk.
CHALUPNÍK	Jiří	SCPAP	2004	3	HARMAŠOVÁ	Nicole	SIPI	2004	2					
TAUCHMAN	Lukáš	SIPI	2005	1	JANDOVÁ	Daniela	KPSOs	2006	2					

změny v počtech v průběhu akce (pozdější příjezdy, dřívější odjezdy, zdravotní komplikace apod.)

hodnocení realizace akce a výsledky: (OTU, program, princip rozdělení skupin, zaměření, cíle, testy apod.)

1. skupina:	počet tréninků voda:	10	objem hodin celkem voda:	16,0	uplavané km:	45,8
	počet tréninků SP:	5	objem minut celkem hry, výlety:	200	minuty core:	
			objem minut celkem posilovna a výbušnost:	60	minuty celkem stretching:	160
			objem minut celkem aerobní činnost (běh, kolo, bruslení, lyžování apod.):	60	minuty celkem regenerace:	0
2. skupina:	počet tréninků voda:	10	objem hodin celkem voda:	15,0	uplavané km:	42,6
	počet tréninků SP:	5	objem minut celkem hry, výlety:	200	minuty core:	
			objem minut celkem posilovna a výbušnost:	60	minuty celkem stretching:	160
			objem minut celkem aerobní činnost (běh, kolo, bruslení, lyžování apod.):	60	minuty celkem regenerace:	0
3. skupina:	počet tréninků voda:	9	objem hodin celkem voda:	14,0	uplavané km:	32,5
	počet tréninků SP:	5	objem minut celkem hry, výlety:	200	minuty core:	
			objem minut celkem posilovna a výbušnost:	60	minuty celkem stretching:	160
			objem minut celkem aerobní činnost (běh, kolo, bruslení, lyžování apod.):	60	minuty celkem regenerace:	0
4. skupina:	počet tréninků voda:	9	objem hodin celkem voda:	14,0	uplavané km:	38,7
	počet tréninků SP:	5	objem minut celkem hry, výlety:	200	minuty core:	
			objem minut celkem posilovna a výbušnost:	60	minuty celkem stretching:	160
			objem minut celkem aerobní činnost (běh, kolo, bruslení, lyžování apod.):	60	minuty celkem regenerace:	0

Do Budapešti jsme se přesunuli ve čtvrtek 5. 11. po 4 denní pauze, kterou jsme měli po ukončení VT v Zakopane. Přijali jsme pozvánku od Maďarského plaveckého svazu na dřívější příjezd a využili tak možnosti závěrečné přípravy před samotným M4 Hopes. Příprava probíhala ve dnech 6. - 11. 11. a v důsledku kolize s ISL jsme trénovali na okraji Budapešti v pólistickém 33m bazénu, což bylo trochu nezvyklé na plánování tréninku, ale na netradiční délku bazénu jsme si brzy zvykli a nakonec zjistili, že se jednalo o velmi zajímavý přechod z pětadvacítky na 50m bazén, na kterém probíhalo Multiutkáni. Samotné závody se konaly od čtvrtku do neděle a vedle mezinárodního utkání (HUN - SVK - CZE) se jednalo také o juniorské mistrovství Maďarska. V dopoledním programu plavali přímo na čas mladší ročníky (junioři 04 - 05 a juniorky 05 06) a odpoledne pak starší (junioři 03 a juniorky 04). První den jsme bohužel tuto informaci neměli, takže o to větší překvapení nás čekalo, zvláště když jsme ještě ve středu večer byli ubezpečováni, že se MU bude plavat na finále. Následující závodní dny už proběhly bez problémů. V prvním dnu byla u našich plavců patrná absence závodního rytmu, ale každým dnem dalším dnem se situace zlepšoval a v neděli již nebylo jediného závodníka, který by na svém kontě neměl aspoň jeden osobní rekord. Výsledné hodnocení MU tak vyznívá velmi lichotivě, zvláště když si uvědomíme, že se jednalo o jedinou šanci, jak si kvalitně otestovat formu v celé zimní sezóně. Mezi předvedenými výkony se pak vyjímá nejlepší výkon 14. letého žactva na 50M v podání E. Vokaté a splněné (byť předčasně a tudíž neplatné) limity na MEJ 2021 od J. Bursy (400PZ) a D. Gracíka (50Z). Výsledky můžete najít na externím odkaze, výpis výsledků je součástí přílohy.

externí odkaz na hodnocení akce:

externí odkaz na sociální síť:

externí odkaz na výsledky testů:

<https://drive.google.com/drive/u/0/folders/1Ujh0H9KHuid8YGBfWO84inoHPoEzLHYw>

přílohy: (další fotky, zajímavosti, doporučení, zjištění, doplnění tréninkových ukazatelů apod.)

