

HODNOCENÍ AKCE

sekce:	plavání	výběr:	reprezentace	kategorie:	senioři
název:	Pre Camp ME + VT reprezentace Belek				
místo:	Gloria Sports Arena (Belek, Turecko)			datum:	14.-27.5.2024



vedoucí akce:	Jiří Vlček	post / trenérská třída:	trenér I. třídy
realizační tým:	Petra Škábová	post / trenérská třída:	trenér I. třídy
	Dominik Vavrečka	post / trenérská třída:	trenér II. třídy
	Luka Gabrilo	post / trenérská třída:	mezinárodní trenér
	Jan Kreník	post / trenérská třída:	trenér I. třídy
	Dušan Viktorjeník	post / trenérská třída:	trenér I. třídy
	Stanislav Brejcha	post / trenérská třída:	kondiční trenér
	Martina Uys	post / trenérská třída:	fyzio + masáže
sportoviště:	Olympijský 50m bazén 10 drah	známka:	(1-5)
	Bazén 25m bazén 8 drah + další část skokanský bazén	známka:	(1-5)
	posilovna vnitřní a další zázemí	známka:	(1-5)
		známka:	(1-5)
ubytování:	Gloria Sports Arena	známka:	(1-5)
strava:	Gloria Sports Arena	známka:	(1-5)
doprava:	letecky a doprava do/z sportovního komplexu	známka:	(1-5)

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

Soustředění proběhlo naprosto bez komplikací. Vše zajištěno na výborné úrovni.

foto účastníků akce:



rozdělení skupin podle trenérů:

Vlček Zábojník
Škábová Gemov
Viktorjeník Netrh, Janíčková

Gabrilo Seemanová, Gracík
Vavrečka Franta, Čejka

Kreník Janeček, Šefl
Nabojčenko

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

příjmení	jméno	klub	ročník	sk.
Franta	Tomáš	SiCho	1998	
Gracík	Daniel	SCPAP	2004	
Čejka	Jan	SCPAP	2001	
Netrh	Vojtěch	SILi	2002	
Janíčková	Barbora	UnOI	2000	
Gemov	Ondřej	SIPI	1999	
Seemanová	Barbora	MoP	2000	
Janeček	Vojtěch	UAPS	2001	
Šefl	Jan	UAPS	1990	
Nabojčenko	Daryna	UAPS	2002	
Zábojník	Matěj	KomBr	2000	

příjmení	jméno	klub	ročník	sk.
----------	-------	------	--------	-----

příjmení	jméno	klub	ročník
----------	-------	------	--------

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
----------	-------	------	--------

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

dřívější příjezd (vlastní VT) a dřívější odjezd 23.5. Gabrilo, Seemanová, Gracík MZ Londýn, dřívější odjezd 23.5. Škáblová, Gemov MN Canet, pozdější přílet Janeček a Škáblová, odjezd 27.5. na MN Vlček, Uys, Franta, Zábojník, Čejka, Netrh, Vavrečka, návrat do Prahy 27.5. zbytek výpravy (Janeček, Nabojčenko, Šefl, Viktorjeník, Brejcha, Kreník) bez výrazných zdravotních omezení

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

1. skupina:	počet tréninků voda:	<input type="text"/>	objem hodin celkem voda:	<input type="text"/>	uplavané km:	<input type="text"/>
	počet tréninků SP:	<input type="text"/>	objem minut celkem hry, výlety:	<input type="text"/>	minuty core:	<input type="text"/>
			objem minut celkem posilovna a výbušnost:	<input type="text"/>	minuty celkem stretching:	<input type="text"/>
	objem minut celkem aerobní činnost (běh, kolo, bruslení, lyžování apod.):	<input type="text"/>			minuty celkem regenerace:	<input type="text"/>
2. skupina:	počet tréninků voda:	<input type="text"/>	objem hodin celkem voda:	<input type="text"/>	uplavané km:	<input type="text"/>
	počet tréninků SP:	<input type="text"/>	objem minut celkem hry, výlety:	<input type="text"/>	minuty core:	<input type="text"/>
			objem minut celkem posilovna a výbušnost:	<input type="text"/>	minuty celkem stretching:	<input type="text"/>
	objem minut celkem aerobní činnost (běh, kolo, bruslení, lyžování apod.):	<input type="text"/>			minuty celkem regenerace:	<input type="text"/>
3. skupina:	počet tréninků voda:	<input type="text"/>	objem hodin celkem voda:	<input type="text"/>	uplavané km:	<input type="text"/>
	počet tréninků SP:	<input type="text"/>	objem minut celkem hry, výlety:	<input type="text"/>	minuty core:	<input type="text"/>
			objem minut celkem posilovna a výbušnost:	<input type="text"/>	minuty celkem stretching:	<input type="text"/>
	objem minut celkem aerobní činnost (běh, kolo, bruslení, lyžování apod.):	<input type="text"/>			minuty celkem regenerace:	<input type="text"/>
4. skupina:	počet tréninků voda:	<input type="text"/>	objem hodin celkem voda:	<input type="text"/>	uplavané km:	<input type="text"/>
	počet tréninků SP:	<input type="text"/>	objem minut celkem hry, výlety:	<input type="text"/>	minuty core:	<input type="text"/>
			objem minut celkem posilovna a výbušnost:	<input type="text"/>	minuty celkem stretching:	<input type="text"/>
	objem minut celkem aerobní činnost (běh, kolo, bruslení, lyžování apod.):	<input type="text"/>			minuty celkem regenerace:	<input type="text"/>

Vzhledem k červnovému termínu ME bylo soustředění reprezentace a nominovaných uskutečněno v tureckém Beleku. Seniorská reprezentace zvolila pro soustředění sportovní areál Gloria Sports Arena (Belek, Turecko). Pro většinu účastníků to byla již několikátá zkušenost s tímto komplexem v Turecku. Ubytování, stravování, bazény, posilovny atd. jsou v rámci areálu dostupné a komplex má tak vše pro bohaté zabezpečení VT v rámci moderního sportovního střediska (pro plavání ideální). Počasí bylo po dobu soustředění zcela optimální (24-27 stupňů), tedy teplo bez deště a mraků. Personál areálu velice ochotný, přátelský, usměvavý a vždy k dispozici pro celý tým. Reprezentace trénovala vždy v ranním bloku 9-11 (4 - 5 dráha) a odpoledním bloku 17 (skupina Kreník 7 - 9 a 15-17) v 50 metrovém bazénu. K dispozici byl i 25 metrový bazén, kde nebyl problém plavat. Pochvalu zaslouží všichni nominovaní sportovci, kteří VT odtrénovali na vysoké úrovni a s vysokou mírou koncentrace. K tomu přispěl i velmi dobře spolupracující trenérský tým. O regeneraci se starala jako vždy perfektní Martina Uys, která pracovala s plavci individuálně (masáže, fyzio) nebo skupinově (protahování, rozcvičky atd.). K dispozici byl v rámci areálu i ochlazovací bazének a sauna, což někteří pravidelně využívali. Další regenerační prostředky byly k dispozici jako na každé akci seniorské reprezentace. Kondiční přípravu vedl, koordinoval, dohlížel Stanislav Brejcha podobně jako na lednovém VT Thajsku. O kvalitě a oblíbenosti resortu svědčí i účast reprezentačních skupin z Maďarska, domácího Turecka, Anglie, Běloruska a mnohé další. Na závěr hodnocení děkuji všem, kteří se podíleli na přípravě tohoto soustředění, zejména Jakobovi Tesárkovi a Jaroslavu Strnadovi. Děkuji také všem účastníkům za zvládnutí soustředění a věřím, že se to projeví nejen na ME, ale především směrem k olympijským limitům, které se uzavírají právě na konci ME.

hodnocení vypracoval:

Bc. Jiří Vlček BA

dne:

31.5.2024

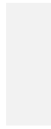
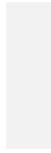


1+

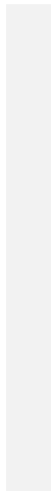
1+

1+



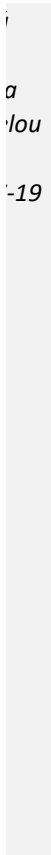
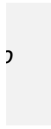


sk.



sk.





*a
'lou*

-19

