



HODNOCENÍ AKCE

sekte:	plavání	výběr:	reprezentace	kategorie:	U21
název:	VT tábor U21 a MZ grand prix Slovenska - Bratislava - Šamorín				
místo:	Bratislava - Šamorín			datum:	17.10-23.10.2022

vedoucí akce:	Mgr. Dušan Viktorjeník, Ph.D	post / trenérská třída:	I. Třída
realizační tým:	Jiří Kyněra	post / trenérská třída:	I. Třída
	Vlastimír Perna	post / trenérská třída:	I. Třída
	Domink Vavrečka	post / trenérská třída:	
	Barbora Morávková	post / trenérská třída:	fyzio
		post / trenérská třída:	
		post / trenérská třída:	
sportoviště:	25 m bazén vnitřní - 8 drah	známka: (1-5)	1
	25m bazén - rozplavávací vnitřní - bublina	známka: (1-5)	1
		známka: (1-5)	1
		známka: (1-5)	
ubytování:	hotel X-bionics	známka: (1-5)	1
strava:	hotel X -bionics	známka: (1-5)	1
doprava:	individuální	známka: (1-5)	1

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

Akci zajišťoval ČSPS - Jakub Tesárek - vše 100% připraveno - děkuji

Akce byla rozdělena na dvě části, přípravný výcvikový tábor (pondělí - čtvrtek) a samotné závody (čtvrtek - neděle).

foto účastníků akce:





rozdělení skupin podle trenérů:

Viktorjeník Kyněra

Vavrečka

Perna

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

příjmení	jméno	klub	ročník	sk.
Příbylová	Jana	PK Zlín	2005	
Tužiová	Natálie	KPSOs	2005	
Netrh	Vojtěch	PK Lit	2002	
Bursa	Jakub	PKLib	2003	

příjmení	jméno	klub	ročník	sk.
Luňák	Sebastian	USK	2002	
Míka	Tomáš	LoBe	2003	
Judickij	Michal	Boh	2004	

příjmení	jméno	klub	ročník	sk.
Koutný	David	PkNj	2003	
Chocholatý	Tomáš	SIPI	2004	
Vavřín	Šimon	PkNj	2004	

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.

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

Omluveni: Natálie Jandíková - jiný plán sportovní přípravy

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

1. skupina:	počet tréninků voda:	<input type="text" value="6"/>	objem hodin celkem voda:	<input type="text" value="10,0"/>	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" value="6"/>	objem hodin celkem voda:	<input type="text" value="10,0"/>	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" value="6"/>	objem hodin celkem voda:	<input type="text" value="12,0"/>	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"/>

Akce byla rozdělena na dvě samostatné části - soustředění před závody a samotné závody. Hlavní myšlenka byla přenést a doladit sportovní formu z plzeňských sprintů, což se ukázalo jako pozitivní, bo všichni závodníci si vylepšili nejen časy z Plzně, ale mnoho z nich si udělalo "osobní rekord". V přípravě na tyto závody jsme trenérům dali možnost připravit si pro své závodníky ind.plavecký program.

Plavecké závody v Bratislavě byly na "slušné" sportovní úrovni. Naši plavci měli možnost si otestovat aktuální sportovní formu. Na těchto závodech se pokoušeli splnit limit na MS v Melbourne tito plavci -Bursa, Koutný a Netrh. Nakonec se podařilo splnit ostrý A limit JAKUBOVI BURSOVI na 400PZ, časem 4:09,06.Přístup plavců k závodům byl 100%, nemuseli jsme řešit prakticky žádné problémy. Tím, že závody se plavaly na finale A a finale B si každý zaplavoval v odpoledním finálovém bloku.

Výčet výsledků: 10x 1.místo (Koutný 3, Netrh 3, Bursa 2, Luňák 1,Přibyllová 1)

3x 2.místo (Judickij 1, Chochochatý 1, Přibyllová 1)

7x 3.místo (Luňák 2, Tužilová 2, Míka 1, Chochochatý 1, Judickij 1)

hodnocení vypracoval:

Mgr.Dušan Viktorjeník, Ph.D

dne:

2.11.2022

externí odkaz na hodnocení akce:

externí odkaz na sociální síť:

externí odkaz na výsledky testů: