



HODNOCENÍ REPREZENTAČNÍ AKCE



Akce:	EYOF GYÖR
Termín:	22. 7. – 29. 7. 2017
Místo:	Győr
Vedoucí výpravy:	Libor Kohut
Trenéři:	Jan Bergman
Závodníci:	Lýdie Štěpánková, Bára Matošková, Veronika Tondrová, Kateřina Laňková, Sabastián Luňák, Roman Procházka, Pavel Ouředník, Jan Čejka.

Obecné hodnocení:

Sraz před EYOF jsme měli ve čtvrtek 20. 7 v odpoledních hodinách na bazénu v Podolí v Praze. Zde jsme absolvovali ještě 4 tréninkové fáze, kterými jsme navázali na předcházející přípravu v Maďarsku. Ubytování i stravování jsme měli na Botelu Racek, což bylo vzhledem k délce pobytu plně dostačující. Této přípravy, stejně tak i samotného festivalu se již zúčastnil trenér nejlepšího závodníka Jan Bergman.

V sobotu 22. 7. ráno jsme se přesunuli MHD na letiště Praha – Kbely, kde byl sraz celé výpravy na EYOF 2017. Ve 14 hodin jsme opustili Prahu a za 45 minut přistáli na letišti v Győr. Po odbavení se celá výprava přemístila do dějiště EYOFu vzdáleného cca 20 minut jízdy autobusem.

Obecné hodnocení EYOF:

Evropský olympijský festival mládeže 2017 byl díky pořadatelům velmi povedený, taktéž zajištění české výpravy ze strany Českého olympijského výboru bylo na vysoké úrovni.

Celá výprava bydlela v Olympijské vesnici I, odkud cesta na bazén autobusem trvala asi 10 min, pomalou chůzí pak cca 20 minut. Ubytování v univerzitním zařízení bylo skrovné, co se prostoru týče, ale plně vyhovující co do čistoty a hygieny. Stravování velmi kvalitní, plní všechny normy sportovní stravy. Velkým plusem, obzvlášť v panujících vedrech, byla možnost dodržovat pitný

režim, protože na všech sportovištích, pokojích i jídelně bylo k dispozici dostačené množství balení chlazené neperlivé vody.

Ostatní sportoviště pro jednotlivé soutěže byla až na malé výjimky (cyklistika apod.) ve velmi podobné vzdálenosti jako bazén, kanál pro kanoistiku, basketbalová a volejbalová hala byla dokonce v areálu vesnice.

Hodnocení plavců:

Všech osm reprezentantů je nutno pochválit za předvedené výkony. Po delší době dokázali plavci rozšířit medailovou sbírku české olympijské výpravy. (Podrobný výpis viz přílohy).

Z celkem 30 startů se dokonce podařilo vybojovat 8 finálových umístění a dvě semifinálové umístění. Výsledkový výčet zahrnuje nejen skvělé 3. místo Jana Čejky na 100 Z, ale také dvě finálová umístění ve štafetách, což jen vypovídá o síle a vyrovnanosti kolektivu. Je jen škoda, že v důsledku regulí o účasti jednoho závodníka v SF jsme přišli o další dvě semifinálová umístění – na 100 P juniorky a 50 VZ junioři.

Až na první den (kdy se u děvčat projevila až přílišná nervozita a respekt k závodům), bych chtěl závodníky pochválit za oblast přípravy k samotným startům. U všech byla znát odhodlanost a touha uspět a probojovat se do odpoledních semifinálových a finálových startů, z čehož pramenily i velmi dobré výsledky v ranních rozplavbách. Ti, co závodili odpoledne, pak již jen potvrdili, že jsou ve skvělé formě.

Opět se nám velmi osvědčily společné rozcvičky, při kterých ze závodníků opadla nervozita a které dodaly závodníkům sebedůvěru. Velkou roli na celkovém výsledku výpravy, během celého náročného programu, pak sehrálo důsledné vyplavání na konci každého půldne (i po každém výkonu), které probíhalo pod dohledem jednoho z trenérů v délce cca 20–30 minut. Na této činnosti měl velký podíl také jeden z oficiálních lékařů výpravy MUDr. Jiří Baláš, který byl na plavání přidělen jako lékařský dozor a vzhledem ke své závodní minulosti, byl jeho přínos neocenitelný.

Závěr:

Na závěr bych chtěl vyjádřit přání, aby všichni účastníci letošního EYOFu si přenesli právě nabitě zkušenosti do dalších kategorií, do svých mateřských oddílů, a hlavně je předávali ostatním členům RD, kteří neměli tu možnost se zúčastnit některé z vrcholných soutěží.

Poděkování patří osobním trenérům závodníků za dlouhodobou přípravu, celému realizačnímu týmu za celoroční práci, a především pak Evě Blechové, Martinu Kratochvilovi, kteří se podíleli na závěrečné přípravě, Janu Bergmanovi a Jiřímu Balášovi za super práci na samotném EYOF.

Děkuji Českému plaveckému svazu - p. Novotnému, p. Tippmannovi a p. Kmuničkovi za zajištění nutných administrativních záležitostí, přípravného VT a komunikačního spojení s ČOV. Děkuji Petru Adamcovi za následné uvádění zpráv na plavecké stránky, a Honzovi Bažilovi za zpracování výsledků.

Hodnocení vypracoval:

Libor Kohut – reprezentační trenér mladších juniorů
Ostrava, 5. srpna 2017

HODNOCENÍ AKCE

Akce:	závěrečné soustředění výběru mladších juniorů před EYOF
Termín:	10. – 18. července 2017
Místo:	Hajdúszoboszló
Trenéři:	Libor Kohut, Martin Kratochvíl
Masérka:	Eva Blechová
Nominace:	Soustředění se zúčastnilo celkem 8 juniorských reprezentantů, kteří měli splněný limit na EYOF.. <u>Junioři</u> – Čejka Jan, Ouředník Pavel, Procházka Roman, Luňák Sebastián <u>Juniorky</u> – Štěpánková Lýdie, Laňková Kateřina, Tondrová Veronika, Matošková Bára



Obecné hodnocení:

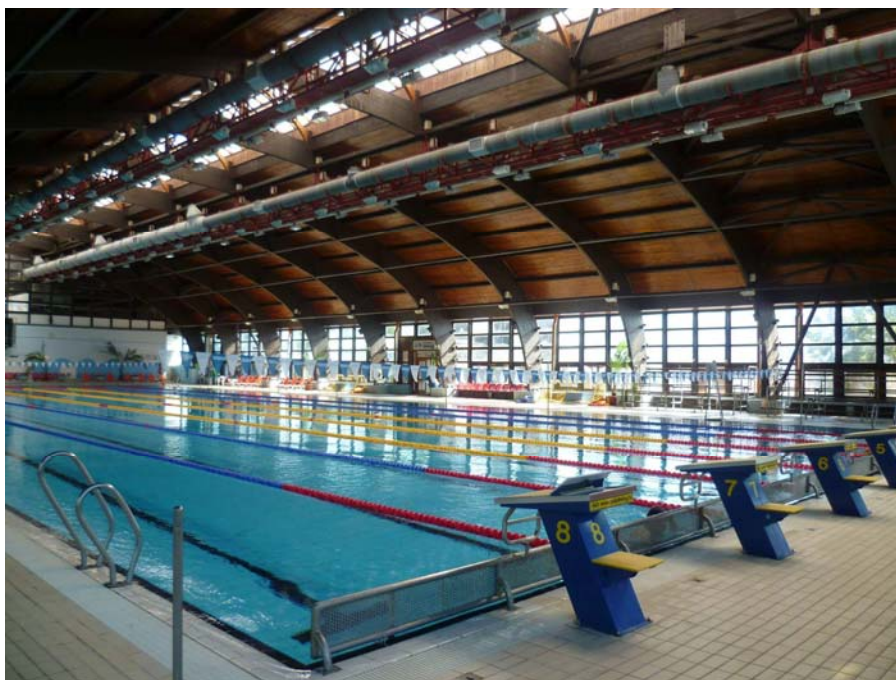
Sraz měla výprava na Botelu Racek již v neděli 9. 8., poté co všichni účastníci za sebou měli velmi náročný program z právě skončeného MČR v Praze. Na soustředění jsme odjžděli v pondělí 10. 7., předtím jsme ještě absolvovali krátkou zastávku na O2 Aréně, kde jsme vyfasovali výbavu na EYOF od ČOV. Soustředění se konalo v maďarském Hajdúszoboszló. Tuto lokalitu jsme využili na základě velmi dobrých zkušeností B. Neuwirta, který zde měl o rok dříve VT se staršími juniory v roce 2016. Dopravu zajišťoval minibusem pan Jiří Zámek – bez problémů. Toto soustředění se uskutečnilo podle projektu a bylo zaměřeno na závěrečnou přípravu limitářů před EYOF.

Ubytování i stravování jsme měli zajištěno v penziónu Laci Betyár Fogadó. Ubytování bylo ve velmi příjemném prostředí na okraji města a pouze 5 minut pěšky od bazénu, taktéž strava byla plně vyhovující. Největší výhodou však byla především celková cena, která se pohybovala kolem 6000,- na osobu za 8 dní.

Hodnocení:

Plavci byli rozděleni do dvou tréninkových skupin dle pohlaví, juniory trénoval Martin Kratochvíl a juniorky Libor Kohut. Všichni plavci přistupovali k tréninkovému programu velmi zodpovědně, zvládali tréninkovou zátěž (dle přání osobních trenérů), bez vážnějších problémů.

Jelikož jsme měli na bazéně k dispozici dostatek prostoru a bazén byl vybaven závodními startovacími bloky, tak jsme se zaměřili především na nácvik technických detailů jednotlivých způsobů – obrátky, starty a štafetové odskoky. V týdenním programu byly dva volné půldny, které plavci strávili v přilehlém aquaparku. Suchou přípravu jsme absolvovali venku (posilování s vlastní vahou a strečink) pod vedením Evy Blechové



V týmu skvělá nálada, plavci si mezi sebou vytvořili velmi kamarádské vztahy, navzájem k sobě byli ohleduplní. Především tento dobrý týmový duch a pohodová atmosféra pak pomohly juniorům k vynikajícím výkonům na následném EYOF.

Důležitým stmelovacím prvkem byla společná rozcvička, kterou jsme měli nacvičenou z předcházejících společných akcí

Po stránce plavecké se jednalo se o jedno z nejlepších soustředění, taktéž po stránce organizační bylo vše bezproblémové.

Tréninkový program:

Bazén 50m krytý: Podmínky pro přípravu ve vodě byly velmi dobré. Tréninky jsme měli 2x denně v 50m bazénu, v požadovaném rozsahu 2 hodiny (9,00 – 11,00) + 2 hodiny (17,00 – 19,00) vždy 2 dráhy.

Suchá příprava: ve venkovních prostorách penzionu denně pro kompenzační cvičení a posilování s vlastní váhou.

Regenerace: na soustředění byla s námi fyzioterapeutka Eva Blechová, která kromě masáží dělala s plavci před tréninkem rozcvičení a po tréninku kompenzační cvičení. Plavci denně využívali po trénincích teplé léčebné bazény pro regeneraci, které vždy ukončili pobytem ve studeném bazénku.

Poděkování: Rád bych touto cestou poděkoval především Martinovi a Evě Blechové za práci s tímto reprezentačním výběrem. Díky jim mělo soustředění velmi dobrý průběh a pohodovou atmosféru.

Rovněž děkuji i Honzovi Novotnému za celou organizaci a přípravu této akce. Poděkování patří i p. Jurajovi Skálovi za komunikaci s vedením bazénu v Hajdúszoboszló.