

HODNOCENÍ AKCE

Akce: VT SCM – Střední Čechy
Termín: 23. 10. - 30. 10. 2015
Místo: Bedřichov, Špindlerův Mlýn
Trenéři: Andrea Balášová, Jiří Baláš, Miloslav Lhotka, Růžena Sehnoutková, Adam Kavřík (trenér sparing)

Účastníci: - **KPSKI** – Doubnerová Adéla, Pecušová Lucie, Kafková Karolína, Drdová Věra, Pecušová Sabina, Jelínková Johana, Lhotáková Klára, Al Reyahi Sami **PKPří** - Šálek Marek, Kareš Petr, Furchová Lucie, Karešová Simona, **POKr** - Svobodová Michaela, **LoNy** – Konšelová Tereza, **SKPNy** - Drahovzalová Natálie, **LoBe** - Sýkorová Klára, Dřevínek Martin, Trnka Tobiáš, Slaboch Matěj, Novák Pavel, **MedKI** - Pošmourý Matěj, **AŠMB** – Tondrová Veronika, Tužilová Markéta, Lhotka Michal, **PKČÁ** - Ťok Adam, Poláková, Tereza, Procházková Anna (sparing), **NePK** – Svoboda Jan, **SOPKO** – Kuchařová Bára, sparing - Vránová Gabriela, Dvořáková Amálie, Vosecká Šárka, Zelená Eliška, Humlíček Jakub, Jurčíková Kristýna, Puchnerová Veronika, Suk Maxim

Omluveni: **LoBe** – Cozl David (ukončil činnost), Ludvík Tomáš, Miko Dušan, Zeman Filip (omluveni trenérem), **SKPNy** – Frebortová Michaela, Šilarová Barbora (zdravotní důvody), **AŠMB** – Stránská Natálie, Pužmanová Tereza (omluveny trenérem), **PKČÁ** – Kučera Matěj (studijní důvody), **PKPří** – Karnošová Karolína (zdravotní důvody), Zikmund Tomáš (omluven trenérem)

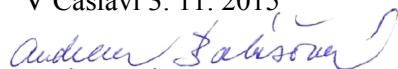
Hodnocení: Soustředění SCM Střední Čechy proběhlo po loňských výborných zkušenostech opět v prostředí Vojenského rekreačního centra ve Špindlerově Mlýně. I přes velký počet plavců se v letošním roce podařilo program zvládnout v jednom týdnu. Současně nám vedení centra vyšlo vstříc a soustředění mohlo být zařazeno do termínu podzimních prázdnin a plavci tedy zmeškali školu pouze v rozsahu dvou dnů. Plavci byli rozděleni do dvou skupin – starších a mladších plavců. Po celou dobu soustředění byl plavcům k dispozici v požadovaných dobách celý bazén v době od 6:00 do 10:00 hod a odpoledne od 16:00 do 19:00 hod, v nichž se obě skupiny plavců střídaly. Trénink ve vodě obsahoval již s ohledem na fázi sezóny speciální rychlostní série, převážně hlavním plaveckým způsobem. Suchá příprava pak byla naopak zaměřena na všeobecnou kondici - s ohledem na pěkné podzimní počasí a lokalitu na pobyt v přírodě. Plavci absolvovali v neděli a ve středu delší túru (ve středu náročný výlet na Sněžku) a v ostatních dnech kratší intenzivní procházku v horském terénu v délce 2 – 2,5 hod. Obě skupiny plavců měly jeden den po odpoledním tréninku k dispozici prostory Wellness centra. Ubytování i stravování bylo zajištěno v nadstandardním stylu v rámci Vojenského rekreačního centra VOLAREZA. Soustředění bylo zakončeno společným odjezdem autobusem do Kladna, kde se konal Zimní přebor Středočeského kraje plavců ročníků 2002 a starších.

Celý pobyt se až do samotného závěru obešel bez zdravotních komplikací. Plavci měli po celou dobu soustředění pro řešení svých zdravotních problémů k dispozici lékaře. V závěru pobytu pak byla bohužel jedna ze sparingpartnerek převezena s bolestmi břicha přetrvávajícími po letních zdravotních problémech do nemocnice v Jilemnicích, kde bezprostředně podstoupila operaci.

Celé soustředění proběhlo zcela bez kázeňských problémů, přístup plavců k celému programu soustředění byl vzorný a věřím, že se zúročí v závěrečné přípravě směřující k vrcholům sezóny jednotlivých věkových kategorií.

Závěrem bych chtěla poděkovat vedení Vojenského rekreačního centra Bedřichov, zejména paní Michaela Baraníkové za perfektní zajištění soustředění a trenérům Miloslavu Lhotkovi, Růženě Sehnoutkové, Jiřímu Balášovi a Adamu Kavříkovi za bezvadnou spolupráci a všem plavcům za bezproblémový průběh celého soustředění.

V Čáslavi 3. 11. 2015


Andrea Balášová