

HODNOCENÍ AKCE

Akce: VT SCM – Střední Čechy

Termín: 27. 10. 2018 – 4. 11. 2018

Místo: Bedřichov, Špindlerův Mlýn

Trenéři: Miloslav Lhotka, Andrea Balášová, Jiří Baláš, **Kondiční trenér:** Adam Kavřík

Účastníci: LoNy – Konšelová Tereza, AŠMB – Tužilová Natálie, Nováková Alžběta, Maršíková Karolína, SOPKo – Lelková Blanka, Reslová Klára, Suk Maxim, Suk Daniel, Humlíček Jakub, Olivová Viktorie. Za omluvené členy SCM byli doplněni sparingpartneři z oddílů SOPKo, POKr, SABR, ELMA

Hodnocení: Soustředění bylo zahájeno společným přesunem do Špindlerova Mlýna z přeboru Středočeského kraje a Prahy v Kladně. Tréninky ve vodě probíhaly ve dvou skupinách v době od 6:00 do 10:00 hod a odpoledne od 16:00 do 19:00. Tréninky ve vodě byly orientovány na intenzivní práci hlavním plaveckým způsobem. Suchá příprava byla soustředěna na horskou turistiku. Prostory Wellness centra byly k dispozici v úterý a pátek večer. Ubytování i stravování ve Vojenském rekreačním centru VOLAREZA a bylo tradičně na výborné úrovni. Celý pobyt se obešel bez vážnějších zdravotních problémů. V případě potřeby měli plavci k dispozici lékaře. Přístup k tréninku byl u všech bezproblémový a nebylo nutné řešit žádné kázeňské prohřešky.

Poděkování patří všem trenérům a plavcům za bezproblémový průběh soustředění a vedení Vojenského rekreačního centra Bedřichov za zajištění pobytu.

Miloslav Lhotka, Andrea Balášová