



## HODNOCENÍ AKCE

sekce:       výběr:       kategorie:   
 název:   
 místo:       datum:



vedoucí akce:	<input type="text" value="Jan Kreník"/>	post / trenérská třída:	<input type="text" value="trenér/1"/>
realizační tým:	<input type="text" value="Martin Student"/>	post / trenérská třída:	<input type="text" value="trenér/3"/>
	<input type="text" value="Marek polach"/>	post / trenérská třída:	<input type="text" value="Kondiční trenér/1"/>
	<input type="text"/>	post / trenérská třída:	<input type="text"/>
	<input type="text"/>	post / trenérská třída:	<input type="text"/>
	<input type="text"/>	post / trenérská třída:	<input type="text"/>
	<input type="text"/>	post / trenérská třída:	<input type="text"/>

sportoviště:	<input type="text" value="bazén"/>	známka: (1-5)	<input type="text" value="2"/>
	<input type="text"/>	známka: (1-5)	<input type="text"/>
	<input type="text"/>	známka: (1-5)	<input type="text"/>
	<input type="text" value="ostatní sportoviště"/>	známka: (1-5)	<input type="text" value="1"/>
ubytování:	<input type="text" value="SC NYMBURK"/>	známka: (1-5)	<input type="text" value="1"/>
strava:	<input type="text" value="SC NYMBURK"/>	známka: (1-5)	<input type="text" value="2-"/>
doprava:	<input type="text" value="VLASTNÍ"/>	známka: (1-5)	<input type="text"/>

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

*Na základě covidových opatření byla účast výrazně nižší a koordinace soustředění složitější.*

foto účastníků akce:



foto společného týmu účastníků akce: přes funkci "vlození" - "obrázek ze souboru"

**rozdělení skupin podle trenérů:**

KRENÍK 1  
STUDENT 2

**zúčastnění sportovci (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.
ŠAREŠ	JAKUB	SLCHO	2007	2										
KAŠKA	KAREL	SLCHO	2004	2										
FRICKLETON	ANESHKA	ÚAPS	2007	1										
VALENTA	JAN	SLCHO	2005	2										
MORAVEC	TOMÁŠ	SLCHO	2005	2										
DOKSANSKÁ	ANEŽKA	SLCHO	2007	2										
ADAMEC	PETR	PKLTV	2007	1										
TREMBAC	FRANTIŠEK	PKLIT	2006	1										
CHALUPOVÁ	ADÉLA	PKLIT	2006	1										
TAUTRMANOV	KATEŘINA	SLCHO	2008	2										
BRÁZDA	MAREK	PKMO	2006	1										
STUDENTOVÁ	VALENTÝN	SLCHO	2006	2										

**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.)**

**BĚHEM SCM NEDOŠLO K ŽÁDNÝM DŘÍVEJŠÍM ANI POZDĚJŠÍM ODJEZDŮM. VT PROBĚHLO BEZ ZDRAVOTNÍCH KOMPLIKACÍ.**

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

<b>1. skupina:</b> počet tréninků voda:	11	objem hodin celkem voda:	1320,0	uplavané km:	57,5
počet tréninků SP:	5	objem minut celkem hry, výlety:	30	minuty core:	30
		objem minut celkem posilovna a výbušnost:	100	minuty celkem stretching:	90
objem minut celkem aerobní činnost (běh, kolo, bruslení, lyžování apod.):	65	minuty celkem regenerace:	240		
<b>2. skupina:</b> počet tréninků voda:	11	objem hodin celkem voda:	1320,0	uplavané km:	62,1
počet tréninků SP:	5	objem minut celkem hry, výlety:	60	minuty core:	60
		objem minut celkem posilovna a výbušnost:	120	minuty celkem stretching:	90
objem minut celkem aerobní činnost (běh, kolo, bruslení, lyžování apod.):	90	minuty celkem regenerace:	240		
<b>3. skupina:</b> počet tréninků voda:		objem hodin celkem voda:		uplavané km:	

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"/>

<b>4. skupina:</b> 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"/>

*Soustředění proběhlo v perfektní atmosféře a všichni účastníci zaslouží pochvalu za zvládnutí tréninkového programu a zejména za týmový přístup. Všichni plavci se na bazéně scházeli minimálně 20 minut před TJ k rozcvičení. Tréninková náplň byla před soustředěním konzultována s trenéry jednotlivých plavců. Soustředění bylo primárně zaměřeno na AEROBNÍ rozvoj. Velmi bych tímto chtěl poděkovat kolegovi Martinu Studentovi a Marku Palachovi za vedení družstev a výbornou práci po celou dobu soustředění. Tréninky skupiny jedna jsou uvedeny v ETD Yarmill. Všem účastníkům přeji hodně štěstí do jarní části plavecké sezóny.*

hodnocení vypracoval:  dne:

externí odkaz na hodnocení akc

externí odkaz na sociální sítě:

externí odkaz na výsledky testů

**přílohy: (další fotky, zajímavosti, doporučení, zjištění, doplnění tréninkových ukazatelů apod.)**

*posun po řádcích: alt+enter*

*vkládání obrázků: přes funkci "vlození" - "obrázek ze souboru"*



	reprezentace		žactvo	plavání
	SCM I		junioři	dálkové plavání
	SCM II		žactvo a junioři	synchro
			junioři a U21	skoky
			U21 a senioři	
			U21	
			senioři	
			smíšené	