

PLÁN SPORTOVNÍ PŘÍPRAVY JUNIORSKÉ REPREZENTACE SKOKY DO VODY

NA MSJ 2022

Prosím o doplnění následujícího materiálu skoků do vody - Plán přípravy a podmínky nominace na MSJ na na jednání VV ČSPS na 7.9.22.

V návaznosti na naši zprávu z MEJ - viz finální verze v příloze (prosím o výměnu dokumentu po opravě drobných chyb), která obsahuje i Přehled výsledků členů reprezentačního družstva za období 1. – 7.2022 navrhujeme následující plán přípravy a podmínky pro nominaci na MSJ 2022 - viz mail i příloha.

Juniorské reprezentační družstvo skoky do vody

Plán umístění: MEJ do 16. místa, MSJ do 20. místa

1) Pořadí členů juniorského Repre družstva dle výkonnosti v období 01. - 07. /2022

1. Tereza Jelínková - age group B - 14 - 15 let - v roce 2022 splnila opakovaně limity na MEJ i MSJ na 1m, 3m a 3m synchro spolu s Ivanou Medkovou.

Výkony na MEJ:

	Body	Limit MEJ / MSJ	místo / z
počtu závodníků			
1m	234,35 b	83,60% / 80,72%	14. / 20
3m	258,90 b	90,79% / 87,71%	15. / 21
3m Synchro	195,93 b	111,32% / 111,32%	7. / 10

Percentuální průměr limitů za období 1.-7.2022:

	Body	Limit MEJ / MSJ
1m	264,40 b	94,31% / 91,07%
3m	282,78 b	99,16% / 95,80%
Synchro	191,49 b	108,80% / 108,80%

2. Ivana Medková - age group A - 16 - 18 let - v roce 2022 splnila opakovaně limity na MEJ i MSJ na 3m synchro spolu s Terezou Jelínkovou.

Výkony na MEJ:

	Body	Limit MEJ / MSJ	místo / z
počtu závodníků			
3m SY Finale	195,93 b	111,32% / 111,32%	7. / 10

Doplňkové disciplíny

1m	190,60 b	56,04% / 54,44%	25. / 27
3m	255,45 b	76,35% / 74,13%	23. / 23

Percentuální průměr limitů za období 1.-7.2022:

Body	Limit MEJ / MSJ
------	-----------------

Synchro 191,49 b 108,80% / 108,80%

Doplňkové disciplíny

1m 245,44 b 72,17 / 70,11%
3m 271,92 b 81,27 / 78,91 %

3. Eliška Mikynová - age group A - 16 - 18 let - v roce 2022 splnila opakovaně limity na MEJ i MSJ na 1m, 3m.

Výkony na MEJ:

	Body	Limit MEJ / MSJ	místo / z
počtu závodníků			
1m	297,85 b	87,58% / 85,08%	17. / 27
3m	264,60 b	79,09% / 76,79%	22. / 23

Percentuální průměr limitů za období 1.-7.2022:

	Body	Limit MEJ / MSJ
1m	304,81 b	89,63% / 87,07%
3m	322,70 b	96,51% / 93,71%

4. Josef Šorejs - age group A - 16 - 18 let - v roce 2022 splnil limit pouze 1x na 1m.

Výkony na MEJ:

	Body	Limit MEJ / MSJ	
1m - vylučovací	380,95 b	90,80% / 88,69%	12. / 21
1m - finále	386,80 b	92,20% / 90,05%	11. / 12
3m	398,70 b	88,62% / 86,70%	18. / 23

Percentuální průměr limitů za období 1.-7.2022:

	Body	Limit MEJ / MSJ
1m	388,71 b	92,65% / 90,49%
3m	405,70 b	90,15% / 88,19%

2) Plán přípravy členů Juniorského Repre družstva na MSJ 2022

1. Tereza Jelínková, Ivana Medková, Eliška Mikynová:

I. Příprava byla zahájena na soustředění v Budapešti, Maďarsko - 21. - 26.8.2022

II. Kondiční příprava 29.8. - 2.9.22 - gymnastická příprava Dlabačov + fitness tréninky

III. Pravidelné tréninky od 5.9. 22 - dle rozvrhu tréninků v bazénech Praha Podolí a Praha Eden

IV. Podle možností 2 - 3 sobotní tréninky v bazénu v Drážďanech

V. Plánované soutěže:

- V ČR - Memoriál Ády Majtnera - Praha Eden - 22. - 23.10.22
- Mistrovství ČR - Praha Podolí - 12. - 13.11.22

- V zahraničí - MZ Aachen, GER - 3. - 6.11.22
- případně Stockholm, SWE

2. Josef Šorejs - připravuje se dle individuálního plánu s osobní trenérkou, která také musí předložit jeho plán přípravy.

3) Podmínky nominace na MSJ

I. Limity dané pro MSJ na rok 2022 splnili - v pořadí výsledků:

1. Tereza Jelínková - 1m, 3m, 3m synchro - opakovaně
2. Ivana Medková - 3m synchro - opakovaně
3. Eliška Mikynová - 1m, 3m - opakovaně
4. Josef Šorejs - 1m - 1x

II. Pro všechny členy juniorské Repre platí, že mimo již splněných limitů musí potvrdit před konáním MSJ výkonnost a musí se zúčastnit Mistrovství ČR a mezinárodní soutěže v Aachen, GER nebo jiné sekci skoků do vody předem odsouhlasené mezinárodní soutěže, které se zúčastní v jejich disciplíně více než 3 státy.

III. Pokud by se plánované soutěže nemohl někdo zúčastnit ze zdravotních důvodů (je nutné předložení potvrzení od lékaře), musí předvést předepsané sestavy na své disciplíny v dohodnutém tréninkovém závodě a s účastí minimálně 3 FINA a 2 ČR rozhodčích.

NÁVRH NA ZAŘAZENÍ DO PROGRAMU PROTON

Do programu Proton za skoky do vody navrhujeme juniorskou reprezentantku Ivanu Medkovou (ročník 2004).

Odůvodnění: Umístění na 7. místě na MEJ v soutěži synchro 3m s Terezou Jelínkovou. Ivana Medková bude v příštím roce startovat již v kategorii dospělých a prokazuje vzestup výkonnosti.

Ivana tvoří synchro pár s Terezou Jelínkovou, která je ještě ve věkové kategorii B a je mladá pro zařazení do programu Proton. Tento pár má velkou šanci na výkonnostní růst a dobré umístění v soutěžích dospělých. Pár má již nyní sestavu, se kterou se dospělých soutěží může zúčastnit.

Mgr. Hana Novotná
Předseda sekce skoky do vody