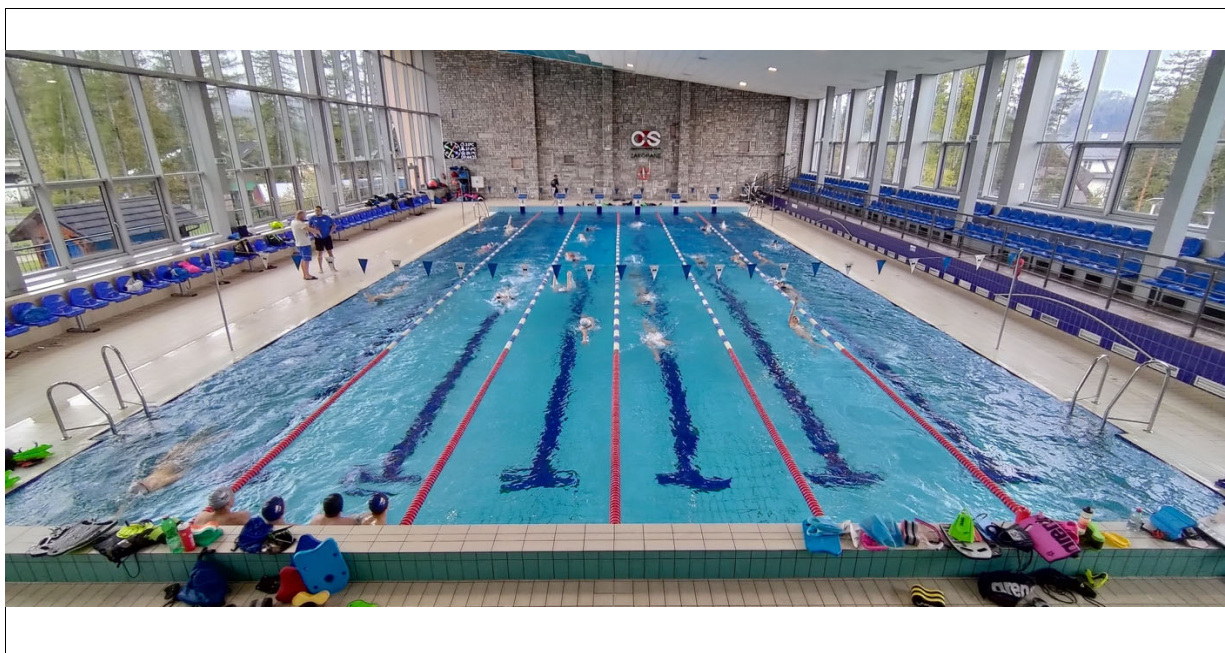


HODNOCENÍ AKCE

sekce:	plavání	výběr:	reprezentace	kategorie:	junioři
název:	Soustředění RD juniorů				
místo:	Zakopane (PL)	datum:	16. - 31. 10. 2020		



vedoucí akce:	Libor Kohut	post / trenérská třída:	trenér/ 1. třída
realizační tým:	Lukáš Luhový	post / trenérská třída:	trenér/ 1. třída
	Roman Eckert	post / trenérská třída:	trenér/ 2. třída
	Štěpán Matek	post / trenérská třída:	trenér/ 2. třída
	Adam Kolek	post / trenérská třída:	kondiční trenér
	Eva Blechová	post / trenérská třída:	fyzioterapeut, masér
		post / trenérská třída:	
		post / trenérská třída:	
sportoviště:	Bazén COS Zakopane	známka: (1-5)	1
	Posilovna COS Zakopane	známka: (1-5)	1
	Tělocvična COS Zakopane	známka: (1-5)	1
	Venkovní prostory, atletický ovál, příroda Zakopane	známka: (1-5)	1
ubytování:	Internat COS Zakopane	známka: (1-5)	1
strava:	COS Zakopane	známka: (1-5)	2
doprava:	Doprava Bus Milan Semera	známka: (1-5)	1

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

foto účastníků akce:



rozdělení skupin podle trenérů:

MATEK	Štěpán	1
LUHOOVÝ	Lukáš	2
ECKERT		3

KOHUT	Libor	4
-------	-------	---

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.
BURSA	Jakub	PKLib	2003	1	KINTEROVÁ	Terezie	PKJH	2004	2	KUKRECHT	Ondřej	KPSOs	2003	3
MATULA	Vojtěch	ÚAPS	2003	1	BARTOŠOVÁ	Denisa	Boh	2005	2	MÍČEK	Martin	SpPř	2003	3
KOUTNÝ	David	PKNJ	2003	1	FIŠEROVÁ	Markéta	ÚAPS	2005	2	VAVŘÍN	Šimon	PKNJ	2004	3
ČAJKA	Filip	TJZn	2004	1	FRAŇKOVÁ	Clementina	KomBr	2005	2	KERN	Tobias	KPSOs	2005	3
CHOCHOLATÝ	Tomáš	SIPI	2004	1	CHALUPOVÁ	Adéla	PKLit	2006	2	KNEDLA	Miroslav	Zlín	2005	4
JUDICKIJ	Michal	Boh	2004	1	SÝKOROVÁ	Terez Anna	Boh	2006	2	KUČERA	Milan	ASKBI	2003	4
					VOKATÁ	Eliška	FEZKO	2006	2	COGAN	Mikuláš	KPSOs	2005	4
					ZÁVADOVÁ	Petra	MoP	2006	2	TUŽILOVÁ	Natálie	KPSOs	2005	4
										NEKOKSOVÁ	Julie	PoPro	2005	4

zúčastnění sparringpartneři (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.
SEMERA	Milan	KPSOs	2005	1	HARMAŠOVÁ	Nicole	SIPI	2004	2	CHALUPNÍK	Jiří	SCPAP	2004	3

změny v počtech v průběhu akce (pozdější příjezdy, dřívější odjezdy, zdravotní komplikace apod.)

Dřívější odjezd: Kučera Milan - 25. 10. 2020

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

1. skupina:	počet tréninků voda:	26	objem hodin celkem voda:	47,0	uplavané km:	178,5
	počet tréninků SP:	13	objem minut celkem hry, výlety:	1020	minuty core:	300
			objem minut celkem posilovna a výbušnost:	240	minuty celkem stretching:	300
			objem minut celkem aerobní činnost (běh, kolo, bruslení, lyžování apod.):	360	minuty celkem regenerace:	0
2. skupina:	počet tréninků voda:	26	objem hodin celkem voda:	47,0	uplavané km:	150,5
	počet tréninků SP:	13	objem minut celkem hry, výlety:	1020	minuty core:	300
			objem minut celkem posilovna a výbušnost:	240	minuty celkem stretching:	300
			objem minut celkem aerobní činnost (běh, kolo, bruslení, lyžování apod.):	360	minuty celkem regenerace:	0
3. skupina:	počet tréninků voda:	26	objem hodin celkem voda:	47,0	uplavané km:	144,2
	počet tréninků SP:	13	objem minut celkem hry, výlety:	1020	minuty core:	300
			objem minut celkem posilovna a výbušnost:	240	minuty celkem stretching:	300
			objem minut celkem aerobní činnost (běh, kolo, bruslení, lyžování apod.):	360	minuty celkem regenerace:	0
4. skupina:	počet tréninků voda:	26	objem hodin celkem voda:	47,0	uplavané km:	129,8
	počet tréninků SP:	13	objem minut celkem hry, výlety:	1020	minuty core:	300
			objem minut celkem posilovna a výbušnost:	240	minuty celkem stretching:	300
			objem minut celkem aerobní činnost (běh, kolo, bruslení, lyžování apod.):	360	minuty celkem regenerace:	0

posun po řádcích: alt+enter

hodnocení vypracoval:

Libor Kohut

dne:

7. 11. 2020

externí odkaz na hodnocení akce:

externí odkaz na sociální síť:

externí odkaz na výsledky testů:

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

