

## HODNOCENÍ AKCE

sekce:	plavání	výběh:	SCM I	kategorie:	smíšené
název:	VT-SCMI				
místo:	X-Bionic Šamorín			datum:	27.2-5.3



vedoucí akce:	Mgr. Patrik Davídek	post / trenérská třída:	I
realizační tým:		post / trenérská třída:	
		post / trenérská třída:	
		post / trenérská třída:	
		post / trenérská třída:	
		post / trenérská třída:	
		post / trenérská třída:	
		post / trenérská třída:	

sportoviště:	Bazén 50m	známka: (1-5)	1
	Posilovna	známka: (1-5)	1
		známka: (1-5)	
		známka: (1-5)	
ubytování:	X-Bionic Sphere	známka: (1-5)	1
strava:		známka: (1-5)	1
doprava:	vlastní	známka: (1-5)	

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



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

Účastníci nastoupili na VT podle plánu. V průběhu VT jsme řešili drobné zdravotní komplikace Karolíny Maršikové s bolavými zády. Bolest zad byla řešena z fyzioterapeutem U21. Ivan Borylvsij měl lehce zvýšenou teplotu, po vynechání 2 TJ se vrátil zpět do tréninkového procesu. V průběhu VT jsem nemusel řešit žádné kázeňské problémy.

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

<b>1. skupina:</b>	počet tréninků voda:	<input type="text" value="12"/>	objem hodin celkem voda:	<input type="text" value="23,5"/>	uplavané km:	<input type="text" value="75,1"/>
	počet tréninků SP:	<input type="text" value="4"/>	objem minut celkem hry, výlety:	<input type="text"/>	minuty core:	<input type="text" value="40"/>
			objem minut celkem posilovna a výbušnost:	<input type="text" value="180"/>	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>2. 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"/>
<b>3. 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"/>
<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"/>

VT se uskutečnilo souběžně prvním týdnem s VT U21. VT se zúčastnilo 7 plavců 11 plavců se účastnilo U21 a 8 plavců se omluvilo z velké části kvůli studiálním povinnostem či důvody přípravě v klubu. Všechny tréninkové jednotky probíhaly ve sprotovním středisku v Šamoríně na 50 metrovém bazénu. Tréninkové podmínky byly ideální, stravování bylo nadstandardní. Chtěl bych poděkovat Dušanu Viktorijnikovi a jeho realizačnímu týmu, za pomoc při řešení problému například ohledně fyzioterapie. Dalé bych chtěl poděkovat Jakobovi Tesárkovi a Simoně Gronesové za spolupráci pro organizaci toho soustředění.

hodnocení vypracoval:

Mgr.Patrik Davídek

dne:

9.3.2023

externí odkaz na hodnocení akce:

externí odkaz na sociální síť:

<https://www.facebook.com/ceskeplavani>

externí odkaz na výsledky testů:

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

