

Stručná zpráva z výcvikového tábora

SCM Zlínský kraj

Základní přehled

termín	29. 7. – 2. 8. 2024
místo	Břeclav
vedoucí	Stanislav Laciga

počet atletů celkem: **28**

reprezentanti SCM	1
atleti SCM	8
samoplátci	19

počet trenérů/doprovodu celkem: 3

RTM	0	SG	0	další osobní trenéři	0
VT SCM	1	SpS	1	Fyzio	1
RSC	0	T SCM	0	Lékař	0

Výcvikový tábor byl plně hrazen pro reprezentanty SCM, ostatní účastníci jeli jako samoplátci.

Zaměření výcvikového tábora

Celý VT byl tréninkově zaměřen na speciální přípravu před další částí sezony (MČR U23, MČR družstev dorostu a junioru). Tréninky vedly osobní trenéři přítomných závodníků. Závodníci bez osobních trenérů byli zařazeni do skupin podle specializace.

Hodnocení

Termín a místo VT jsme zvolili, po zkušenostech z minulých let, v prvním srpnovém týdnu. Změnili jsem ale místo ubytování, které bylo tentokrát v Hostelu Tereza.



Zájem o to soustředění byl podobný, jako v minulých letech. Omluvil se Petr Meidlschmid z pochopitelných důvodů, startu na OH v Paříži a tím i jeho trenér Jirka Brázdil. Nicméně jeho další dva svěřenci Šimon Pekař a Mikuláš Petřík se soustředění zúčastnili. Omluvil se také Ivan Ressler, který měl v tomto termínu dovolenou. Ten zajistil účast svých svěřenců (Fusková, Hanáček, Železníková). Na VT také odjela trenérka Šárka Večerková s Lukášem Zbořilem, a moje svěřenkyně Ema Manová, Markéta Sedlářová a Ella Pohunková).

Z toto soustředění se omluvil Jakub Hřib, který si v tomto termínu pořádá vlastní VT. Omluvily se vrhačky od Jana Horáka, které mají příměstský tábor, a také pak jednotlivci od Aleše Prudkého a Roberta Sklenáře. Natálie Skopálková byl v době VT s rodiči v zahraničí.

Celkem nás bylo i se samoplátcí 31. Jako samoplátcí se účastnili také budoucí členové SCM, které jsem navrhl po MČR.

Trenérsky jsem soustředění zabezpečil spolu s trenérkou Šárkou Večerkovou. Fyzioterapeutka byla Tereza Kuchařová, která je z pracoviště MUDr. Michala Lujce a s kterou mám výborné zkušenosti.

Atleti trénovali ve třech skupinách. Jedna byla převážně vrhačská, které se věnovala Šárka Večerková. Skokanskou přípravu jsem vedl já. Běžecké tréninky absolvovali členové svěřence Ivana Resslera samostatně podle plánu. V rámci VT jsme využili další možnosti, které nám areál v Břeclavi nabízel. Byl to beach volejbal a také městské koupaliště. Byli jsme také v dobře vybaveném fitcentrum, které je přímo v hale u stadionu.

Program soustředění byl plánován s výhledem na další část sezony. Byl především zaměřené na rozvoj síly, rychlosti a techniky soutěžních disciplín. Týden po soustředění jsou tradiční závody. Memoriál K. Tichavského v Uh. Hradišti, dále pak 4. kolo I. ligy v Břeclavi a o týden později MČR U23 v Jablonci and Nisou. Byli s námi i žáci, kteří mají před sebou MČR U15. V neposlední řadě většinu čekají i starty v soutěžích mládežnických družstev.

Ubytování bylo v Hostelu Tereza, který je v budově zimního stadionu v Břeclavi. Vedení nám vycházelo vstříc, a tak jsme měli pro sebe uzavřenou část. Sprchy a sociální zařízení bylo společné. Stravovali jsme se v restauraci, která byla součástí ubytování. Jídelníček jsme si potvrdili předem. Strava byla jednotná, snídaně formou bufetu. Porce byly více než dostatečné.

Tréninkové podmínky byly standartní. Atletický stadion jsme měli k dispozici bez omezení. Vedení klubu TJ Lokomotiva Břeclav nám umožnilo vstup do skladu náradí a náčiní, čehož jsme využili.

Odpolední společná cvičení bezprostředně po tréninku jsme měli na atletickém stadionu. Fyzioterapeutka se velmi zodpovědně starala nejen o společná cvičení, ale hlavně o unavené svaly účastníků.

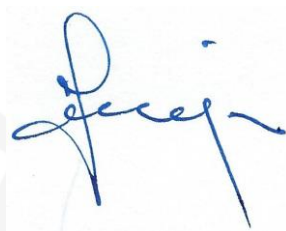
VT proběhl bez zásadních kázeňských problémů a nikdo se nezranil.

V případě zájmu o detailnější informace k minulým i budoucím VT/TS se neváhejte obrátit na reprezentačního trenéra mládeže dané sekce





Zapsal: Stanislav Laciga



A handwritten signature in blue ink, likely belonging to Stanislav Laciga, the author of the report.