



Stručná zpráva z testovacího srazu SCM sekce běhy

Základní přehled

termín	20. - 21. 03. 2026
místo	Veletov/Kolín
vedoucí	Miroslav Wastl

Počet atletů celkem: 19

TOP SCM	18
Atlet SCM	1
samoplátci	0

Počet trenérů/doprovodu celkem: 9

RTM	2	SG	3	OSOB. TRENÉŘI	2
TRENÉR SPS	1	SCM		FYZIO	1

Omluveni: Berková Ema – studijní povinnosti, Havlínová Zuzana – nemoc, Johanová Jana – omluvena trenérem, Holubová Adéla – nemoc, Pelešková Elena – studuje v Německu, Koželuh Vojtěch – nemoc.

Neomluven: Pietrula Jakub.

Nedostatečná omluva: Formánek Pavel – čekám na vyjádření trenéra.

Testovací sraz byl plně hrazen všem pozvaným trenérům a atletům zařazených v SCM.

Zaměření testovacího srazu

Jaký byl cíl TS?

- TEST LA křivky a následné ověření na úsecích 5 km pro děvčata a 6 km pro chlapce.
- Biochemická analýza přístrojem SpotChem (provádí personál Body Soution pod vedením J. Jánem).
- Společné cvičení s fyzioterapeutkou E. Pernou s komentářem ke každému cviku (proč cvičit a k čemu slouží).
- Informace o vrcholných akcích 2026 – nominační kritéria, termíny

Jaký byl rámcově obsah TS

- Sraz účastníků na atletickém stadionu v Kolíně
- Odběr krve na biochemickou analýzu – vybraní TOP ATLETI, kteří absolvují VT ve vyšší nadmořské výšce 2000 m n. m. v Melagu a kde bude ke konci VT odběr zopakován a zjištěn vliv tréninku ve vyšší nadmořské výšce
- TEST 4 x 2000 m P 2,5' - seznámení s metodikou provádění testu, stanovení rychlostí jednotlivých úseků u každého jedince, samotné absolvování testu
- Odjezd auty na ubytování do Hotelu Sportrelax ve Veletově
- Ubytování
- Společné cvičení s fyzioterapeutkou, regenerace
- Informace o vrcholných akcích 2026 – nominační kritéria, termíny
- Druhý den ověření ANP na úsecích 5-6 km podle naměřených hodnot testu
- Společné zhodnocení TS
- Ukončení TS

Hodnocení

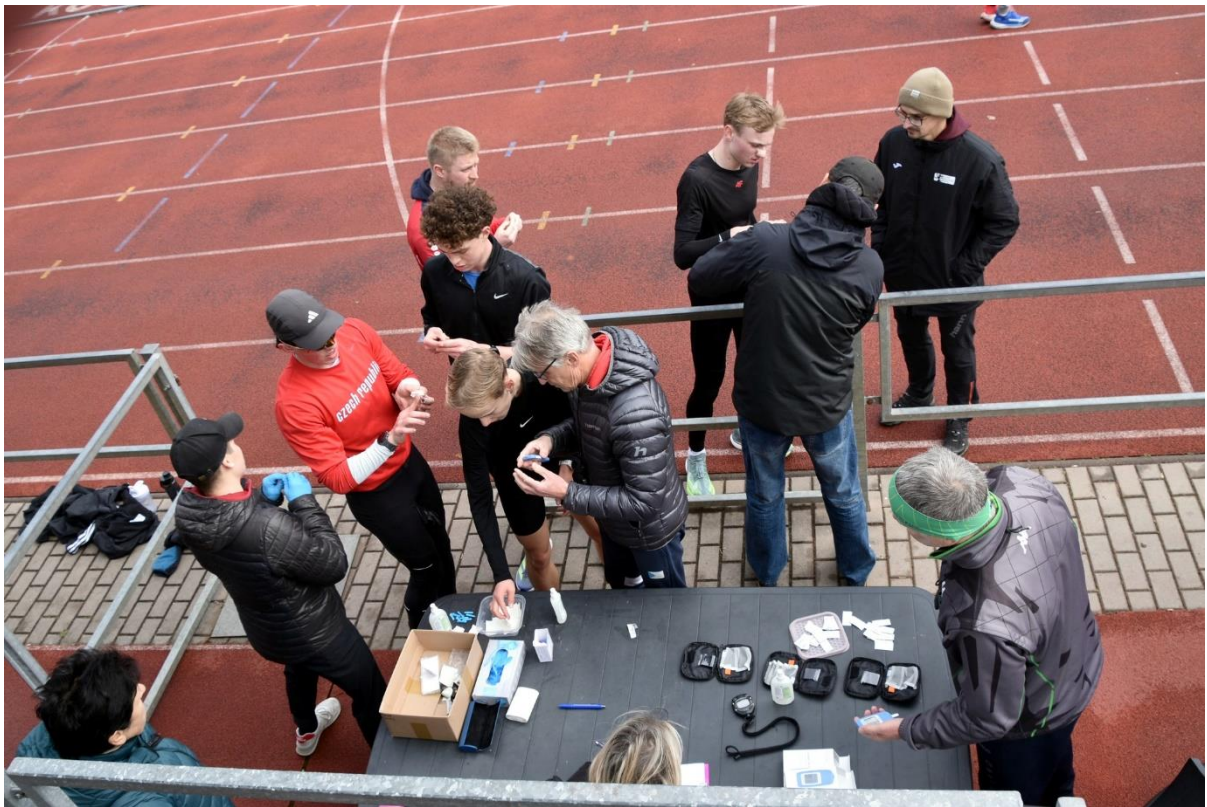
Jak proběhl TS?

- V přátelské atmosféře, bez zranění a za teplého jarního počasí
- Výsledky testu a ověření byly zaslány e-mailem všem zúčastněným s instrukcemi o předání svým osobním trenérům

V případě zájmu o informace se neváhejte obrátit na reprezentačního trenéra mládeže-sekce běhů.

FOTKY











Další fotky na: <https://www.facebook.com/groups/1758945347762115>