

Stručná zpráva z výcvikového tábora

Sekce SCM oštěp

Základní přehled

termín	5.2.-.8.2..2026
místo	Veletov
vedoucí	David Sekerák

počet atletů celkem: **10**

reprezentanti SCM	9
atleti SCM	0
Samoplátci kandidát	1

počet trenérů/doprovodu celkem: **5**

RTM	1	SG	0	další osobní trenéři	3
VT SCM	0	SpS	0	Fyzio	1
RSC	0	T SCM	0	Lékař	0

Výcvikový tábor byl kompletně hrazen pro reprezentanty SCM, atlety SCM a doprovod, ostatní účastníci jeli jako samoplátci. Viz výúčtování.

Zaměření výcvikového tábora

Výcvikový kemp ve Veletově probíhal ve dnech 5. až 8. února 2026 za účasti devíti oštěpařů z kategorie TOP a jednoho kandidáta – samoplátce. Hlavní náplní kempu byl specializovaný trénink zaměřený na odhodové dovednosti a komplexní kontrola oštěpařských dovedností. Kemp probíhal ve velmi dobré atmosféře a za aktivní účasti všech přítomných atletů.

Generální partner
Českého atletického svazu



Hlavní partner
Českého atletického svazu



Oficiální partneři Českého atletického svazu



Hlavním cílem bylo navázat na výsledky testování z lednového kempu v Třebíči a dále rozvíjet technické dovednosti s důrazem na odhodovou fázi. Během kempu proběhlo celkem dvakrát samotné házení a dále byla zařazena specializovaná posilovna zaměřená na rozvoj silových schopností specifických pro oštěpařskou disciplínu. Při jednom z házecích bloků byla přítomna firma CASRI, která provedla speciální měření tlaku v odhodové fázi, konkrétně takzvaného bloku levé nohy. Toto měření poskytlo cenná data pro technickou analýzu a individuální nastavení tréninku jednotlivých atletů. Trenérský štáb byl mile překvapen úrovní některých házecích dovedností, která naznačuje pozitivní vývoj a dobře nastavenou přípravu u většiny účastníků.

V rámci programu byla prováděna průběžná kontrola oštěpařských dovedností, odhodová cvičení zaměřená na dynamiku a práci s náčiním a individuální konzultace s atlety. Významný prostor byl věnován také plánování následujícího VT ve Španělsku, včetně diskuse o termínech, programu a cílech. Probíhala rovněž průběžná komunikace a předání měsíčních poznatků z tréninku mezi trenéry i atlety.

Hodnocení

Kemp potvrdil význam pravidelného metodického vedení a individuálního přístupu. Atleti prokázali zlepšení v klíčových ukazatelích a byli motivováni k další práci. Jako následné činnosti bude provedeno vyhodnocení získaných poznatků včetně dat od firmy CASRI a finalizace příprav třetího VT ve Španělsku včetně osobního předání jeho zaměření účastníkům.

