

Stručná zpráva z výcvikového tábora

Sekce SCM oštěp

Základní přehled

termín	2-5.2.2023
místo	Veletov
vedoucí	David Sekerák

počet atletů celkem: **15**

reprezentanti SCM	6
atleti SCM	6
samoplátci	3

počet trenérů/doprovodu celkem: **6**

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

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

Zaměření výcvikového tábora

V termínu 2.2. - 5.2. 2023 se ve Veletově uskutečnil první letošní tréninkový kemp sekce oštěpu. Bylo pozváno celkem 14 atletů 2 řádně omluveni. O které se staralo dohromady 6 trenérů (David Sekerák, Mirosal Guzdek, Petr Frydrych, Robert Sklenář, Marie Pytlíková, Alena Praxová)

První den kempu proběhlo kompletní testování pohybových dovedností, včetně speciálních tréninkových ukazatelů pro oštěpaře. Ověřili jsme si tak jak na tom každý oštěpař je a zároveň to porovnali s předchozími lety.

První večer proběhla schůzka všech účastníků. Jelikož to byl první kemp tohoto roku a přibyly nám nové tváře, všichni se nám představili a něco málo nám o sobě řekli. Každý si stanovil cíle do příští sezóny, kterých by chtěl v příštím roce dosáhnout. Během této schůzky mi také každý z atletů odevzdal tréninkový deník. Deníky jsme si pak všichni společně prošli. Dále proběhla informace ze



strany RTM o osobních pohovorech s vybranými atlety a informace k elektronickému deníku. Od přítomných trenérů i atletů proběhla veliká diskuse k elektronickému deníku. Při osobních pohovorech bylo vybraným atletům popsáno doporučení ze strany RTM pro další fungování v SCM a navázání spolupráce s RSC trenéry.

Dále se všichni trenéři vyjádřili k nastavení testovací baterii pro sekci OŠTĚP a vše bylo ze strany spolupracujících trenérů odsouhlaseno. Což bohužel neproběhlo u STU, zde musíme nadále pracovat a svolat širší trenérskou skupinu a vše odsouhlasit a nastavit. Jako hlavní úkol je potřeba přesné vyjádření vedoucích trenérů Šušky a Železného.

Celý VT probíhal ve formě tréninkových skupinek. Každá skupina měla svého hlavního trenéra. Všichni atleti byly rozděleni přibližně do 4 skupin. Vše probíhalo pod mým odborným dohledem jakožto pod dohledem hlavního trenéra sekce. Při tréninku byla využita i odhodová vrhačská hala, která bohužel ještě není ze strany majitele dodělána a pro nás to znamená provizorní tréninkové zázemí. Což se tedy netýká finanční náročnosti VT.

Atleti měli během pobytu k dispozici regeneraci v podobně vířivky a sauny přímo v areálu. Navíc se celý kemp o atlety starala naše fyzioterapeutka Iva Hnátová. Která každého z atletů pečlivě prohlédla a udělala každému základní vstupní prohlídku. Zhodnotila jejich fyzickou kondici a následně to s nimi konzultovala.

Hodnocení

Výcvikový tábor a testovací sraz zcela splnil předchozí očekávání, hlavně propojením trenérů mládeže SCM, VSCM a seniorské reprezentace. Výsledky testovací baterie bude sloužit do budoucna pro sekci jako kontrolní faktor a zaměření se v tréninku na podobné tréninkové testy.

Ze strany trenérů fungovalo vše na jedničku: předávání informací, diskuse k tréninku a technice oštěpu.

Dále RTM provedl inventuru vybavení Veletova, kterou přikládá jako přílohu ke zprávě VT.

Fotky

