

ZÁVEREČNÉ HODNOTENIE AKCIE

prípravný zraz + V4 Olympic Hopes Meet v kategórii mladších juniorov

Miesto konania akcie :	Šamorín + Gliwice, Poľsko
Termín konania akcie :	16.–19.05.; 20.05. – 21.05.2023
Doprava:	autobusom 19.5. zo Šamorína a späť 21.5. do Bratislavy
Ubytovanie a strava:	prípravný zraz: XBS Šamorín V4: zaistené usporiadateľom, Hotel Malinowski Gliwice
Športoviská:	prípravný zraz: XBS Šamorín V4: Swimming pool „Olimpijczyk“ Gliwice (50m)
Kompletné výsledky V4:	http://live.livetimes.pl/wisnia/2023/05_21_gliwice/index.html

Realizačný tím :

Vedúci akcie a tréner:	Maroš Kaňuk
Tréneri:	Gerald Svoboda, Katarína Hamadejová, Peter Kupec
Nominovaný fyzioterapeut:	-

Nominovaní účastníci zraz + V4 :

chlapci roč. 2007

Tomas Oliver
Vojtko Milan
Urban Richard (ospravedlnenie z prípravného zrazu)
Hupka Adam Timotej (ospravedlnenie z prípravného zrazu)
Černák Adam
Stanček Mário

dievčatá roč. 2008

Tureková Rebeka
Marcinová Marína
Horňáková Nadine
Košeľová Nikola
Novotná Natália

chlapci roč. 2008

Sciranka Ján (ospravedlnenie z prípravného zrazu)
Minárik Mário
Böhman Lukáš
Javorčík Jakub (ospravedlnenie z prípravného zrazu)
Straka Simon

dievčatá roč. 2009

Megelová Stela (ospravedlnenie z prípravného zrazu)
Orosz Sára
Lecká Dominika
Zavacká Andrea
Mosná Michaela
Gray Sophia
Jankovská Nina (ospravedlnenie z V4 - choroba)

Sparingpartner na prípravnom zraze: Oliver Gray

Ospravedlnení z pôvodnej nominácie na V4:

Slovenská plavecká federácia

Za kasárňou 1, 831 03 Bratislava

tel.: +421 238 105 478

IČO: 36 068 764, DIČ: 2021658199

sekretariat@swimmsvk.sk, www.swimmsvk.sk

Čačík Rastislav (2008), Peknušová Sophia (08)

Organizácia a hodnotenie prípravného zrazu:

Prípravný zraz pred V4 mal veľmi dobrý kondičný charakter a určite prispel k dôležitému stmeleniu celého tímu. Bohužiaľ sa zo študijných dôvodov niekoľko plavcov muselo ospravedniť. Trénerský tím mal možnosť 4 dni pozorovať aktuálny stav pripravenosti reprezentantov a na základe toho finalizovať zostavu pre individuálne aj štafetové disciplíny na V4. Štafetové odovzdávky si predom definované štafety nemohli skúšať z dvoch dôvodov: neúčastí daných plavcov na predpretekovom zraze a mimoriadne chladné počasie (vnútorný bazén úplne vyťažený). Plavecké tréningy boli realizované na vonkajšom 50m bazéne (počasie nebolo celkom prívetivé, ale vo vode bolo dobre:) Veľa času bolo venované aktivačným a strečingovým cvičeniam. Počas zrazu sme riešili hraničný zdravotný stav Niny Jankovskej, ktorá napokon neodcestovala s výpravou na preteky.



Organizácia a hodnotenie pretekov:

Preteky boli zorganizované na veľmi dobrej úrovni od počiatkovej komunikácie, cez ubytovanie, presuny a celý priebeh . Zúčastnili sa všetky štyri krajiny HUN, POL, CZE a SVK v kategórii mladších juniorov. Hodnotili sa ako individuálne a štafetové výkony tak aj celkový tímový výkon. V každej disciplíne mohol v hlavnej súťaži štartovať vždy jeden plavec staršieho ročníka a jeden mladšieho ročníka. Obsadili sme všetky disciplíny a snahou bolo čo najlepšie sa umiestniť v celkovej súťaži samozrejme za predpokladu, že aj v jednotlivých disciplínach obsadíme medailové umiestnenia. Bodovanie v individuálnych disciplínach: 9-7-6-5-4-3-2-1b a v štafetách 16-12-8-4b.

Slovenská plavecká federácia

Za kasárňou 1, 831 03 Bratislava

tel.: +421 238 105 478

IČO: 36 068 764, DIČ: 2021658199

sekretariat@swimmsvk.sk, www.swimmsvk.sk

V celkovom poradí sme obsadili tretie miesto s celkovým počtom 252 bodov za víťazným Maďarskom (509 bodov) a druhým Poľskom (436 bodov), k čomu prispeli predovšetkým dole uvedené medailové individuálne aj štafetové výkony. Všetci sa snažili a v priebehu pretekov aj rástla bojovnosť a tímový duch.

Na medailové pozície dosiahli:

Stela Megelová: 1. miesto 100Z, 1. miesto 200P, 3. miesto 200Z, 3. miesto 100P
Oliver Tomas: 2. miesto 200VSP,
Sára Orosz: 3. miesto 400PP, 3. miesto 800VSP

Štafety: 3. miesto 4x100VSP juniorů aj junioriek
2. miesto 4x200VSP junioriek
3. miesto 4x100VSP juniorů aj junioriek



Bojovalo se tiež o limity na vrcholné súťaže juniorov a potvrdili ich týto plavci:

Limity EYOF: Tomas 200K, Vojtko 200K a 200PP, Orosz 400PP, Megelová 100Z, 200Z, 100P, 200P,
Urban 1500VSP, Gray 200M, Minárik 100P, Horňáková 100Z

Limity MEJ: Megelová 100Z, 200P

Limity MSJ: Megelová 100Z

V TOP 10 bodových výkonov sa umiestnilo 7 maďarských pretekárov, 2 poľský a 1 slovenský (Megelová 6. miesto za 100Z so ziskom 723 bodov).

Výsledky na tomto podujatí odzrkadľujú aktuálny stav výkonnosti týchto ročníkov. Pričom z 89 individuálnych štartov juniori vytvorili 42 osobných rekordov (tj. pekných 47%). Výkonnostný progres

Slovenská plavecká federácia

Za kasárňou 1, 831 03 Bratislava

tel.: +421 238 105 478

IČO: 36 068 764, DIČ: 2021658199

sekretariat@swimmsvk.sk, www.swimmsvk.sk

je u väčšiny viditeľný. Tímovo sme stále za výkonmi nedostižných Maďarov a Poliakov, no s Čechmi bojujeme tradične o tretie a štvrté miesto. Konkurencieschopné sú stále iba výnimočné individuality. Celkovo by som hodnotil vystúpenie nášho výberu ako uspokojivé vzhľadom na tréningové možnosti niektorých jedincov. Určite sa vytvára kolektívny spoločný duch na nadchádzajúci vrchol týchto ročníkov a to je júlový EYOF 2023.

Niektorí plavci svoju výkonnosť potvrdili splnenými limitmi na EYOF i MEJ a MSJ, niektorí sú stále tesne za nimi.

Výkonnostný posun v porovnaní z minulým rokom nastal, pretože ak koncom minulého roka bol u dievčat problém 600 FINA bodov zaplávať, tak tento rok je to výrazne lepšie.

Takýto druh pretekania určite treba podporovať, pretože v medzinárodnej konkurencii dokážu naši zapnúť na vyššie obrátky a zlepšovať osobné maxima.

Určite je pozitívom aj spoločné rozohriatie a rozcvičovanie pod dohľadom trénerov, riadené rozplávanie a vyplávanie.

Na záver by som chcel poďakovať všetkým zúčastneným trénerom za príkladný prístup a prácu.



V Poprade 21.5.2023

M. Kaňuk – vedúci akcie