

## ZÁVEREČNÉ HODNOTENIE AKCIE

### Majstrovstvá Sveta juniorov 2023 + prípravný zraz

<b>Miesto konania akcie :</b>	Netanya (ISR)	
<b>Termín konania akcie :</b>	prípravný kemp Šamorín	29.08. – 01.09.2023
	MEJ 2023 Belehrad	01.09. – 10.09.2023
<b>Doprava:</b>	letecky Viedeň – Tel Aviv - Viedeň	
<b>Ubytovanie a strava:</b>	Hadera Hotel ****, Netanya	
<b>Športoviská:</b>	<b>Vnútorňý bazén Netanya (10 dráh)</b>	
<b>Vedúci akcie:</b>	<b>Karol Púzser</b>	

#### Realizačný tím :

<b>Vedúci výpravy:</b>	Pán Karol Púzser
<b>Tréneri:</b>	Pán Pavol Sirotný Pán Marián Hrabovský
<b>Nominovaný fyzioterapeut:</b>	Pán Tomáš Fiľak

#### Nominovaní účastníci: juniori 2005 – 2008, juniorky 2005 - 2008

1. Samuel Košťál
2. Stela Megelová
3. Kristián Obert
4. Phillip Osadský
5. Alexandra Hrnčárová
6. Terézia Horváthová
7. Radoslav Polčič
8. Lillian Slušná

#### Hodnotenie organizácie a výsledkov:

Na MSJ sa zišla celá skupina nominovaných 29.8. v poobedňajších hodinách na krátky prípravný zraz v X-bionic centre Šamorín. Prípravný kemp prebiehal podľa predstáv osobných trénerov.

1.9. sa celá výprava presunula do dejiska konania MSJ letecky z Viedne do Netanye. Už po prilete nastali prvé problémy. Začalo to 2,5 hodinovým čakaním na odvoz z letiska, pritom organizátor na letisku bol už pri našom prilete, s jeho slovami „počkajte chvíľku“ sme čakali 2,5 hod. Vďaka tomuto sme zmeškali večeru na hoteli, ktorú nám organizátor nevedel zaobstarať nakoľko v Israeli v tom čase bol Shabat, čo je židovský sviatok počas ktorého je všetko zatvorené, takže sme ostali prvý deň bez večere (ak nerátame pečivo zakúpené na letisku). Ako ďalší problém, ktorý nastal bolo ubytovanie, izby po 4 ktoré sme dostali, boli manželská posteľ a rozkladací gauč. Čo sa nestotožňuje s objednávkou. Po dlhom 2 hodinovom argumentovaní o výmene izieb sa nám však podarilo dostať 2 izby navyše pre plavcov. Celé sa to veľmi naťahovalo a všetci sme sa dostali do postele až okolo 1. ráno.

Majstrovstvá Sveta juniorov 2023 prebehli v dobre vybavenom 50m bazéne. Dojazdová vzdialenosť od hotela bola približne 25 km, čo v ranných hodinách predstavovalo 1-1,5 hod a poobede 30-40 min. Za deň sme niekedy nacestovali aj 3-4 hodiny, čo je absolútne neadekvátne k tomuto podujatiu. O to bol významne skrátenejší čas na oddych a odpočinok! Viac krát sa stalo, že autobus ani neprišiel, museli sa volať taxíky, ráno chodil autobus v 1 hod. intervaloch, pre príklad – ak plavec mal svoj štart 10:30, tak musel ísť na autobus 7:00 aby všetko v pohode stihol. Čo je absolútny nezmysel. Na bazéne neustále fučala klimatizácia priamo na hlavy všetkých, vody bolo neustále nedostatok, ľudia sa o ňu doslova bili, keď dorazila. Čo sa týka pretekov tak tie prebehli bez organizačných komplikácií.

Našich 8 nominovaných reprezentantov prišlo na MSJ s ambíciami priblížiť sa k minuloročnému výsledkom. Naši plavci sa predstavili celkom v 26 individuálnych štartoch a v jednej štafete.

**Slovenský plavci vyplávali 8 osobných rekordov z 26 štartov, čo je v porovnaní s MEJ veľký úspech, avšak nie je až taký veľký, ako by sme si predstavovali na juniorskom šampionáte.**

**Medzi najlepšie výkony považujeme výkony:**

Lilian Slušná – 100m Vsp.	11. z 91 OR
Lilian Slušná – 50m Motýlik	7. z 69 OR
Lilian Slušná – 50m Vsp.	8. z 91
Samuel Košťál – 200m Motýlik	8. z 45
štafeta – 4x100m PP Muži	13. z 37
Alexandra Hrnčárová – 50m Vsp.	15. z 91

**Komplet výpis výsledkov našich pretekárov z MSJ je prílohou k správe.**

Po úvodných komplikáciách a nekonečným transferom na bazén bolo vidieť u plavcov znechutenie a strata motivácie. Avšak, nedalo sa to zmeniť, museli sme sa s tým zmieriť a tak sme k tomu aj pristupovali. Do každého štartu dal každý 100 % úsilia, nemôžeme nikomu nič vytknúť, žeby niečo vyplával. Je to presný ukazovateľ aktuálnej pripravenosti každého pretekára a je na každom osobnom trénerovi ako s tým narobí a aký zvolí plán do budúcnosti.

Prácu fyzioterapeuta vnímam ako veľmi profesionálnu a pre plavcov mimoriadne prospešnú.

#### **ODPORÚČANIA:**

Na všetky vrcholné podujatia považujem za nutné zaradiť do realizačného tímu tím lídra – vedúceho výpravy (niekto z SPF), ktorý by nebol zároveň osobným trénerom. Rezervovať ubytovanie na vrcholných podujatiach čo najbližšie k miestu konania šampionátu. Rozdeliť plavcov pod nominovaných trénerov, aby každý plavec dostal rovnakú starostlivosť.

Veľmi by sme ocenili prítomnosť video analytika, ktorý bol v k dispozícii na vlnajšej MEJke.

V príprave na vrcholné podujatia organizovať stretnutia s trénermi plavcov – limitárov, aj potencionálnych a usmerniť ich, ako pracovať s plavcami, aby ich konečným cieľom nebolo plnenie limitov, ale samotné majstrovstvá. Mám tým na mysli predovšetkým mentálne nastavenie plavcov.

Vypracoval: Karol Púzser

28.09.2023