

Zápis

Na setkání trenérů RD, TM a rady ÚAL, které se uskutečnilo dne: 27.4.2022
v 9:00 v sídle SLČR, na adrese Cukrovarnická 483/42, Praha 6 16200

Stručný zápis:

Roman Dalecký uvedl program dne.

Josef Kalenská přednesl hodnocení a plán na další sezonu SS,BA.

Vojtěch Bínek zhodnotil sezonu a plány na sezonu.

Tomek Zerebecki připravil prezentaci na TV, kde představil tým, hodnocení sezony a plán na letošní rok

SCM SX provedl Roman Krulich-zhodnotil gymnázium a nábor

SCM SX hodnotil Josef Petřek

Valenta zhodnotil AE a plán na léto-společné soustředění V Acrobat parku.

! Celé setkání bylo vedeno formou diskuzí a aktivní komunikace

Podněty od jednotlivých členů schůzky:

- Tomáš - jezdit závody je dobrý těsně pod 100%, když potřebuju 20. místo, musím koukat na 10.
- Při jízdě 110% děláš chyby a nemáš vnitřní jistotu
- Olympijský cyklus - 1-2 roky adaptace - zvyknout si na lidi, místa, SP, ale ne pasivní taktika, ať se nespo-kojí se špatnými výsledky - trenér na to může myslet, ale svěřenec musí jít po výsledku, ať si zvyká na tlak.
2 roky výsledky
- Cviky na soustředění dělat pořád, ne používat až na závodech - individuální rituál-dech, žonglování, obecně práce s pozorností
- Psychika je jen nastavba, speciálně u mladých lidí
- Trenér potřebuje dělat stejné psychické procesy-cviky-jako svěřenec, ať si rozumí



- Tomáš - tým vytáhne jednotlivce, samostatně může zářit je supersupertalent (ovlivněný dlouhým obdobím trénování bez týmu)
- Tomáš nebyl přirozený závodník, byť byl dobrý - přelom nastal ve 21 letech pouhým pokračováním, nic zlomového se nestalo, jen našel cestičku, jak pracovat s tím co fungovalo a odstraňoval, co ne - hlavně psychicky
- Je výhodou, že máme málo lidí, mohou zrát delší dobu a nejsou zaříznuti
- Tomáš - cesta 10 let úspěchu: nacházení originálních přístupů, i kdyby jen pocitově, v podstatě je jedno, co to je, velké přispění k úspěchu
- Tomek - Analytika výsledků mezi sezonami i v jedné sezoně je důležitá
- Elustres vs distres - první mobilizuje, druhý paralyzuje
- Strach jednoho svěřence se přenáší na ostatní
- Je dobře, že si kondiční trénink platí sami, vážení si a nutnost plnění. Spoluúčast je nutná.
- Měření laktátu na kopci je kvalitní pomůcka
- Tomáš: nekoukej se jak závodní ostatní, protože když 3 udělají 3 různé chyby, najednou myslíš na tyhle všechny a ne na svoje
- Aleš: je důležitý prostor na chybu a hravost
- Tomek: Při diskuzi o Jarmilou, využívání trendů
- Rozhodnutí o pokračování závodníků na úrovni ředitele, ne trenéra? - běžná praxe v zahraničí
- Penalizace za neplnění rovněž - nevypisuješ TD, neplníš tréninky - penalizace
- V komisi by neměli sedět rodiče, aby nerozhodovali ve střetu zájmů
- Na profi úrovni to nemůže jezdit na 50 % - nebezpečí zranění, negativní vliv, negativní inspirace pro mladé.
- Yarmill: je třeba tlačit i do mladých, aby si zvykli. A abychom mohli vyhodnocovat jejich trénink. Musí tam fungovat i trenér, aby Yarmill fungoval.
- Je třeba vyplňovat každý den, kontrola bude 2x týdně
- Zamykání skutečnosti po 14, 7, 3 nebo 2 dnech. Lze vypnout kopírování z plánu.
- Vyplňování je jak opětovný trénink, měl by o tom přemýšlet, proto by měl vyplňovat a ne kopírovat
- Statistika jak často vyplňují - první postup
- Statistika výsledků FIS
- Je možnost udělení krátkého semináře pro děti, co a jak v Jarmilou a co z toho budou mít

Zpracoval: Daniel Honzig 3.5.2022