

Zpráva o činnosti RVŽ 2019-20

Republikový výběr žáků byl v sezóně 2019-20 složený celkem z 26 závodníků:

Balejová Karolína, Drápalová Elena, Forejtek Patrik, Halakuc Václav, Hanzal Kryštof, Hlavoň Jakub, Hordossy Julie, Jedličková Sára, Kestlová Julie, Klíma Oskar, Kondělková Leontýna, Kovář Stanislav, Kovářová Jitka, Kučera Vojtěch, Kudělásková Katrin, Kyselová Adéla, Mošnová Magdalena, Müller Marek, Peroutková Barbora, Ryška Daniel, Semeráková Hana, Smolíková Natálie, Svatoš Lukáš, Tomášek Aldo, Vomáčková Simona, Zemanová Nicole.

Činnost RVŽ zajišťovala Trenérská rada žáků ve složení: Záhrobský Petr (předseda), Bogdálek Jaroslav, Fiedler Jan, Horáček Tomáš, Rakušan Jaroslav, Zemková Zuzana.

Proběhlá soustředění RVŽ:

Stubai 14. – 19.5.2019 (5 dní na lyžích)

Lyžařské soustředění zaměřené na technická cvičení ve volné jízdě a trénink SL, OS a TSL v malých tyčích a na sjezdovce s terénními vlnami.

Zúčastnilo se všech 26 členů výběru, trenérsky zajištěno: Záhrobský, Bogdálek, Gašpar, Hofman, Horáček, Rakušan.

Nymburk 25. – 28.8.2019 (3,5 dne kondiční trénink)

Velmi komplexní kondiční soustředění, celkem 10 tréninkových jednotek s různým zaměřením zahrnujícím téměř všechny složky tréninku.

Zúčastnilo se 19 členů výběru, trenérsky zajištěno: Záhrobský, Horáček, Rakušan, Zemková + fyzioterapeutka Šimerdová.

Brno / Pitztal 27. – 2.10.2019 (motorický test + 4 dny na lyžích)

Soustředění začalo motorickým testem dle svazové baterie na Fakultě sportovních studií v Brně, následoval společný přesun na Pitztal, kde jsme se tři dny věnovali technickým cvičením ve volné jízdě a jeden den cvičením ve variantním SL.

Zúčastnilo se 24 členů výběru, trenérsky zajištěno: Záhrobský, Gašpar, Horáček, Rakušan, Zemková.

Monínec 20.-22.11.2019 – zrušeno

Zrušeno z důvodů nepříznivé sněhové situace a teplého počasí.

Reiteralm 6.-11.12.2019 (5 dní na lyžích)

Soustředění na technickém sněhu na kvalitních tratích věnované tréninku v bránách SL, OS a jeden den SG. Na trénink SL se podařilo zajistit dvě tréninkové linie, což prospělo kvalitě tréninku.

Zúčastnilo se 24 členů výběru, trenérsky zajištěno: Záhrobský, Gašpar, Horáček, Klíma, Rakušan, Zemková.

Díky upraveným kritériím bylo další společnou akcí Skiinterkriterium v Říčkách, kterého se zúčastnilo 24 členů výběru. Jistota startu na Skiinterkriteriu a nominace na další mez. závody jen ze závodů RKZ umožnila členům výběru klidnější start do sezóny a více času na trénink (místo závodů UKZ).

Během sezóny se bohužel dva členové výběru zranili – Karolína Balejová se po více než měsíční pauze v polovině února postupně zapojila zpět do závodů, Aldo Tomášek už se do závodů zapojit nestihl, ale zranění je už doléčeno.

Materiál RVŽ

Pro uplynulou sezónu byl RVŽ docela výrazně dovybaven materiálem, takže celkem má v současné době k dispozici:

SL tyče 27mm: 65ks

SL tyče krátké gumové: 50ks

OS brány včetně terčů Česká Pošta: 30ks

Hliníkové vrtáky 35mm: 2ks

Vysílačky Motorola: 4ks

Zápůjční bundy Don Quiet modré: 10ks

Trenéři TRŽ obdrželi na sezónu drobný servisní spotřební materiál (pilníky, diamanty).

Sdíleně svazová časomíra Brower (na akce).

Řada dalšího vybavení byla pro doplnění i letos používána z vlastních zdrojů trenérů RVŽ (vrtačky, vrtáky, vysílačky, tyče, kamery).

Závěr ze sezóny 2019/20

Činnost RVŽ se poměrně stabilizovala i ve svém rozšířeném složení a je třeba vyzdvihnout zlepšený přístup závodníků k tréninku, ve kterém nebyly větší rozdíly. S takto stmeleným družstvem se trenérům mnohem lépe pracuje, protože nemusí řešit okrajové záležitosti spojené s morálkou a motivací. Při takovémto složení závodníků, kteří se navzájem pozitivně motivují je široký výběr jistě přínosem. Jen škoda, že se zatím nedaří (přes návrhy TRŽ) prosadit větší počet přecházejících žáků do juniorského výběru a tam s nimi pokračovat v práci.

Spolupráce mezi trenéry – a to jak v rámci TRŽ, tak i s osobními trenéry závodníků byla na výborné úrovni a trénink byl vždy zajištěn velmi dobře po všech stránkách.