

**Trenérská rada mládeže,
Račice 28.9.2013**

Program TR :

- **Úvod**
L. Kubrycht
- **ASC Dukla junioři**
F. Koudela, P. Blecha
M. Vabroušek
- **SCM na rok 2014**
L. Kubrycht
- **Návrh změn pro SCM 2015**
L. Kubrycht
- **Program reprezentačního družstva 2014**
L. Kubrycht
- **System nominací na MR Mnichov, MEJ, MEJ, YOG**
L. Kubrycht
- **Příprava na testování mládeže Přijď veslovat**
L. Kubrycht
- **Diskuze**
trenéři

ASC DUKLA

- PROJEKT JUNIORSKÉHO VESLOVÁNÍ NA DUKLE



Vstupní testy SCM 2014

Princip nezměněn, stejný jako v r. 2013 včetně SCM+

- 30.11.2013 (sobota) – Olomouc
- 1.12.2013 (neděle) – Praha, Bohemians

- 1. fáze výběru do SCM
 - test: 6000 m na trenažéru Concept2 (s pojízdným podvozkem), náhradní termín – 9.1.2014 Pardubice
- 2. fáze výběru do SCM
 - test: MČR dlouhá trať (12.4.2014); starty v rámci věkové kategorie po 30 sekundách

Návrh změn na rok 2015

- Pro vstup do SCM bude nutné absolvovat dva testy - na vodě v říjnu (11.10. 2014) a na trenažéru v prosinci 2014.
- **1. fáze výběru do SCM**
 - test: 6000m voda, Hořín
 - závodníci přecházející z žákovských kategorií mohou startovat pouze v disciplíně skif
- **2. fáze výběru do SCM**
 - test: 6000 m na trenažéru Concept2 (s pojízdným podvozkem)
- výkonnostní limity stejné jako dnes

Program reprezentačního družstva

Rozdělení tréninkového roku 2013 - 2014

X Říjen	XI Listopad	XII Prosinec	I Leden	II Únor	III Březen	IV Duben	V Květen	VI Červen	VII Červenec	VIII Srpen	IX Září
1	1	1 Test SCM	1	1	1	1	1 VT	1	1	1 RAČICE VT	1
2	2	2	2	2	2	2	2 VT	2	2	2 RAČICE VT	2
3	3	3	3	3	3	3	3 MR jun	3	3	3 RAČICE VT	3
4	4	4	4 ČP PRAHA	4	4	4	4 MR jun	4	4 MČR	4	4
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5 MČR	5	5
6	6	6 RACICE	6	6	6	6	6	6	6 MČR	6 MSJ Hamb.	6
7	7	7 RACICE	7	7 RACICE	7 VT	7	7	7 Primátorky	7	7 MSJ Hamb.	7
8	8	8 RACICE	8	8 ANP	8 VT	8	8	8 Primátorky	8	8 MSJ Hamb.	8
9 PV PRAHA	9	9	9 TEST SCM	9 RACICE	9 VT	9	9	9	9	9 MSJ Hamb.	9
10 PV LABE	10	10	10	10	10 VT	10	10	10	10	10 MSJ Hamb.	10
PV MORAVA	11	11	11 RAČICE VT	11	11 VT	11	11	11	11	11	11
12	12	12	12 RAČICE VT	12	12 VT	12 MČR dist	12	12	12	12	12
13	13	13	13 RAČICE VT	13	13 VT	13 RAČICE VT	13	13	13	13	13
14	14	14 ČP NERA	14	14	14 VT	14 RAČICE VT	14	14	14	14	14
15	15	15	15	15	15 VT	15	15	15	15	15 YOG	15
16	16 ČP PŘEROV	16	16	16 MČR ÚSTÍ	16 VT	16	16	16	16	16 YOG	16
17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17 YOG	17
18 RACICE	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18
19 ANP	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19
20 RACICE	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21
22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22
23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23
24	24	24	24	24	24	24	24 MEJ Haze	24	24	24	24
25	25	25	25 ČP ŠTĚTÍ	25	25	25	25 MEJ Haze	25	25	25	25
26	26	26	26	26	26	26 KZ Račice	26	26 NZ Jři	26	26 RAČICE VT	26
27	27	27	27	27	27	27 KZ Račice	27	27	27	27 RAČICE VT	27
28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28 RAČICE VT	28
29	29	29	29	29	29	29 VT	29	29	29	29 RAČICE VT	29
30	30 Test SCM	30	30	30	30	30 VT	30	30	30	30 RAČICE VT	30
31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31 RAČICE VT	31

Program reprezentačního družstva 2014

Termíny tréninkových srazů

- 18. – 20.10. 2013 Račice
- 6. – 8.12. 2013 Račice
- 11. – 13.1. 2014 Račice
- 7. – 9.2. 2014 Račice
- 12. – 14.4. 2014 Račice

Maximálně pro 30 veslařů (18/12)

Rozvoj fyzických, technických předpokladů, sjednocení techniky veslování

Program reprezentačního družstva 2014

- 16.2. 2014 MČR trenážéry, Ústí/L
- 12.4. 2014 MČR dlouhá trať, Hořín
- 26. – 27.4. 2014 Kontrolní závody, Račice
- 3. – 4. 2014 MR Mnichov
- 24. – 25.5. 2014 MEJ Hazewinkel
- 14. – 15.6. 2014 MR Bled
- 26.6. 2014 Nominační závod MSJ, Račice
- 4. – 6.7. 2014 MČR juniorů, Račice
- 6. – 10.8. 2014 MSJ Hamburg
- 16. – 28.8. 2014 YOG NanJing (CHN)

System nominací na MR Mnichov, MEJ, MEJ, YOG, CEFTA

Mezinárodní regata Mnichov (3. – 4.5. 2014)

- Nominace z KZ juniorů
- Účast cca 24 závodníků
- Preference posádek, které mohou na MEJ vyjet kvalifikovaná místa
- Společné VT před MR v Mnichově?

System nominací na MR Mnichov, MEJ, MEJ, YOG, CEFTA

MEJ Hazewinkel, Belgie (21. – 26.5. 2014)

- Nominace na základě výsledků na KZ a MR Mnichov
- Účast cca 22 závodníků
- Odjezd ve středu 21.5.
- Závodní dny – sobota, neděle

- Společné VT před MEJ?

System nominací na MR Mnichov, MEJ, MEJ, YOG, CEFTA

Nominační závod MSJ, Račice (26.6. 2014)

- Čtvrtek
- Pouze pro pozvané posádky
- Hodnotí se procentuální rozdíl od tabulkových hodnot

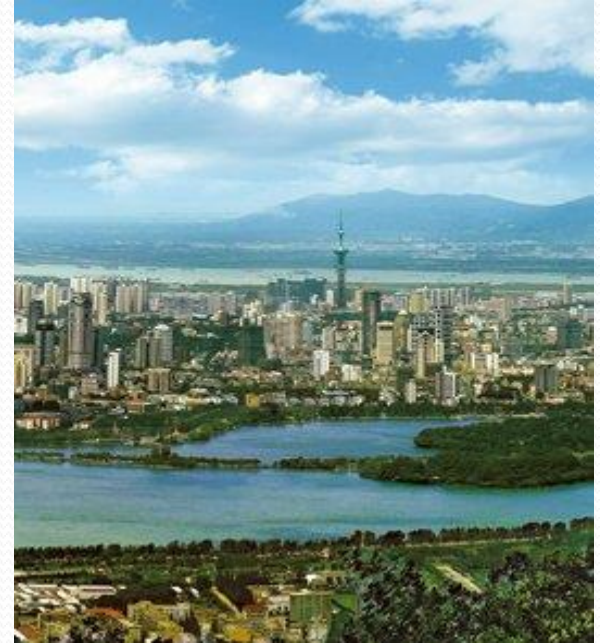
System nominací na MR Mnichov, MEJ, MEJ, YOG, CEFTA

MSJ Hamburg (4. – 10.8. 2014)

- Nominace na základě výsledků na NZ
- Účast cca 22 závodníků
- Odjezd neděle 3.8 nebo pondělí 4.8. (záleží na startu závodů středa/čtvrtek)
- Společné VT v Račicích od 26.7.

System nominací na MR Mnichov, MEJ, MEJ, YOG, CEFTA

YOG NanJing, Čína (16. – 28.8. 2014),
Xuanwu Lake Rowing-Canoeing



- Z MSJ 2013 – vyjeta disciplína 2- Jři
- Možnost zařazení i 1x Jky – dozvíme se v červnu 2014
- Nominace posádek 2- Jři a 1x Jky z KZ juniorů (26. – 27.4)
- Odlet vládním speciálem 15.8. 2014
- Sportovní a společenská akce

System nominací na MR Mnichov, MEJ, MEJ, YOG, CEFTA

CEFTA, Polsko - ??, datum ??

- Nominace posádek jako v roce 2013?
 - Pouze z KZ dorostu

Testování žactva – Přijď veslovat

- 9.10.2013 Praha – stadion E. Rošického - Vltava
Prezentace od 14:30
- 10.10.2013 Praha – stadion E. Rošického - Labe
Prezentace od 14:30
- 11.10.2013 Přerov - Základní škola Svisle - Morava
Prezentace od 14:30
- Nutná účast placených trenérů, reg. průkazy...

Trenérské semináře

- Seminář pro trenéry žactva – Jihlava, 30.11.2013
 - sportovní příprava školní mládeže, rozbor veslařské techniky a metodika výuky veslařského pohybu
- Seminář pro trenéry SCM, dorostu a juniorů
Jihlava, 8.12.2013
 - mentální koučing v praxi

DISKUZE

Děkuji za pozornost
Libor Kubrycht