

## SVĚTOVÁ UNIVERZIÁDA TAIPEI 2017

|                |  |
|----------------|--|
| trenéři:       | Tomáš Brtník, Ladislav Štefl, Jaroslav Strnad, Petra Martin, Jan Srb, Paolo Bossini (pouze na soustředěních)             |
| fyzioterapeut: | Milan Martínek (v Taipei člen lékařského týmu)   |
| plavkyně:      | Barbora Zavadová, Věra Kopřivová, Kristýna Horská, Martina Elhenická, Tereza Zavadová a Lenka Štěrbová (dálkové plavání) |
| plavci:        | Jan Micka, Jan Šefl, Tomáš Havránek, Josef Moser, Matěj Kozubek (dálkové plavání), Vít Ingeduld (dálkové plavání)        |

### PŘÍPRAVNÉ SOUSTŘEDĚNÍ

Univerziádě v Taipei předcházela kombinovaná příprava podle individuálních potřeb trenérů a možností plavců. Protože část plavců soutěžila na MS50m v Budapešti, postupovali jsme v přípravě reprezentantů podle následujícího schématu:

1. Kristýna Horská a Tereza Zavadová absolvovali soustředění před MS50m v Podolí od 11. do 19. července v rámci reprezentačního soustředění před MS50m, po něm pokračovali v Podolí až do 1. srpna podle individuálního plánu osobních trenérů.
2. Od 2. srpna do 9. srpna absolvovali všichni nominovaní kromě Tomáše Havránka (studijní důvody) a Věry Kopřivové s Petrou Martin (závody v USA) soustředění v Šamoríně. Tomáš Havránek se v tuto dobu připravoval opět v Podolí.
3. Po příjezdu ze Šamorína jsme pokračovali konečně všichni společně v Podolí až do odletu, tedy 15. srpna.

Výhodou soustředění v Podolí bylo ubytování, protože většina výpravy bydlí v Praze a okolí. Josef Moser, Věra Kopřivová a Petra Martin měli zajištěné ubytování v hotelu Racek se snídaní, další stravování řešili v blízkých restauracích. Nutno poznamenat, že hotel Racek nenabízí příliš komfortní podmínky, výhodou je samozřejmě těsná blízkost k tréninkovým prostorám.

Na soustředění v Šamoríně jsme využili nové tréninkové centrum světové úrovně. Centrum je pro nás velmi dobře dostupné a nabízí servis a tréninkové podmínky, které jinde můžeme hledat jen obtížně. Myslí zde na sportovce na prvním místě, to je patrné na ubytování, stravování, tréninkových prostorách, nabídce regenerace nebo třeba různorodém výběru volnočasových aktivit.

V tomto období jsme se drželi individuálních tréninkových plánů podle potřeb trenérů a plavců s cílem odpočinout si po MS, pokud to bylo nutné a následně zařadit druhý vyladovací cyklus směrem k univerziádě. S tréninkovými výkony jsme byli spokojeni, plavci především na Slovensku drželi rychlé tréninkové časy a tréninkové plány nebylo potřeba příliš měnit. Jediné zdravotní potíže měl Jan Šefl, který měl po dynamometrickém testování síly záběru paží na MS záněty v loktech, které postupně přecházely do ramenou. Především v Šamoríně si plavci odpočinuli i psychicky, protože nejen tréninková atmosféra je zde ve všech ohledech velmi příjemná. Jediným negativem bylo nevhodné vystoupení některých členů reprezentace v poslední večer v Šamoríně, který v současnosti řeší disciplinární komise.

### UNIVERZIÁDA TAIPEI

Pro nominaci plavců jsme vycházeli z projektu plavecké reprezentace ČR pro rok 2017. Kritéria účasti vycházela z předpokladu zvyšující se výkonnosti plavců na světových univerziádách a odpovídala 12. místu na předchozí univerziádě v Gwangju 2015. Nomináční období trvalo od 1. ledna 2017 do 10.

července 2017 tak, aby byla zajištěna ucházející výkonnost plavců v letošním roce. Nominační kritéria splnilo osm plavců, tři dálkaři a jeden plavec byl doplněn podle nejuvýraznějšího přiblížení ke stanoveným limitům.

Protože nejdůležitější vrchol plavecké sezóny, MS50m v Budapešti, skončilo poslední den v červenci, za podpory Vysokoškolského sportovního centra, které reprezentovala většina nominovaných, a především pak Českého svazu plaveckých sportů proběhla závěrečná příprava účastníků univerziády na soustředění v Šamoríně (Slovensko) a v Praze.

Českou výpravu organizovala Česká asociace univerzitního sportu. Především paní Lucie Tvrda a pan Ladislav Vladyka řešili všechny nutné záležitosti k účasti plavců na univerziádě a spolupracovali s námi i nad rámec jejich úvazků často mimo pracovní dobu. Za jejich nasazení patří velké díky. Pracovníci ČAUS také zajistili hladký průběh akce pro českou výpravu přímo v místě dění.

Plavecká výprava přiletěla do Taipei ve dvou skupinách 15. a 16. srpna s dostatečným časovým odstupem před zahájením plaveckých závodů. Transport z letiště do univerziádní vesnice proběhl bez problémů. Ubytování bylo pouze základní, v několika pokojových bytech jsme měli mezi holými zdmi k dispozici postel, trezor a věšák s ramínky na prádlo, v bytě pak bylo sociální zařízení, odpadkový koš a fén. Stravování probíhalo ve společné jídelně s kapacitou 5000 lidí, v každodenní nabídce byly různé mezinárodní kuchyně. Přestože jídlo nebylo příliš chutné, výběr byl velmi pestrý. Výhodou byl téměř 24 hodinový provoz jídelny, takže jsme se mohli najíst podle potřeby velmi brzy ráno nebo pozdě před půlnocí.

Doprava na závodní bazén probíhala autobusem, v závislosti na provozu trvala jedna cesta 20 až 40 minut. Často se stávalo, že řidič zabloudil a doba se nepříjemně prodloužila, tento problém naštěstí postupně mizel. Závodní bazén olympijských parametrů byl postaven ve víceúčelové hale pro 12 tisíc diváků, v suterénu bylo zázemí pro výpravy a fyzioterapeuty. V těsné blízkosti závodního bazénu byl zkonstruován ještě rozplavávací bazén 6x25m, který všichni plavci využívali pouze v případě velké nutnosti. Pro trénink, rozplavání nebo vyplavání po závodech jsme více využívali tréninkový areál vzdálený 2 minuty autobusem od závodního bazénu. Doprava mezi oběma bazény probíhala bezvadně v 5minutových intervalech. Tréninkový bazén byl starší, ale velmi zachovalý, čistý. Mohli jsme zde využít venkovní nebo vnitřní 50m bazén, všude bylo dostatek místa pro trénink, masáže nebo suchou přípravu. V obou areálech nabízel pořadatel na několika místech občerstvení, svačiny nebo ovoce.

Lékařské zabezpečení zajišťoval tým lékařů a rehabilitačních pracovníků, v tomto týmu byl i plavecký fyzioterapeut Milan Martínek, který se věnoval především regeneraci plavců. Jeho vyčerpání bylo velmi vysoké, plavci měli v tomto ohledu nadstandardní servis.

Plavecké závody začaly 20. srpna, bazénové plavání končilo 26. srpna, závod na 10 km byl 27. srpna. Oběma soutěžím předcházely technické porady, které potvrdily standardní průběh plaveckých závodů, při technické poradě k dálkovému plavání došlo ke změně startu 10 km závodu do brzkých ranních hodin z důvodu očekávané vysoké teplotě vody při závodě. Univerziáda se konala až na konci velmi dlouhé plavecké sezóny, přesto jsme měli velká očekávání a touhu splnit závazek z minulých Univerziád, na které plavci získali tři medaile. Podle přihlašovaných časů bylo nadějně se o podobné výsledky poprat i letos. Konečné výsledky ještě ukázaly, že na postupy do finále, semifinále, a dokonce i k zisku medaile nebylo nutné, aby naši nejlepší zaplavali osobní rekordy nebo nejlepší výkony sezóny. Přesto naše ambice zůstaly nenaplněné ziskem dvou finálových a pěti semifinálových umístění. Naše cíle jsme nenaplnili pravděpodobně z těchto důvodů:

1. Tlak v podobě výkonnostních očekávání, které zajímá širší sportovní veřejnost, spadl pouze na Barboru Zavadovou a Jana Mícku. Nutno konstatovat, že se s tím oba vypořádali dobře, jako zdůvodnění nižší úrovně předvedených výkonů tento fakt nehraje příliš velkou roli.
2. Jan Mícka se po přeletu potýkal se zažívacími potížemi, které odezněly při druhém závodním dnu. Spánkový rytmus plavcům dělal potíže jen prvních pár dní po přeletu, pouze Jan Šefl měl tyto problémy ještě na začátku závodů.
3. Výkonnost nejlepších plavců se zvyšuje, potvrzuje to například účast olympijských vítězů nebo držitele světových rekordů. Výkony v mnoha disciplínách, které ještě v roce 2015 znamenaly medailové umístění, letos nebyly dost dobré na postup do finále.
4. V hlavní disciplíně zaplavoval osobní rekord pouze Jan Šefl. Chceme-li na univerziádě dosahovat finálových a lepších umístění, nezbyvá, než plavat osobní rekordy. Ukázalo se, že ani nejlepší výkony sezóny plavců usilující o semifinále nebo finále, kterými mnozí obhajují nezdar, nejsou dostatečné.
5. Přestože jsme si fakt dlouhé sezóny nepřipouštěli a chtěli jsme v Taipei závodit i s tímto vědomím, na některé plavce na místě dolehl útlum a nechutenství k závodění. K profesionalismu v tomto směru nám ještě mnoho schází.
6. Závěrečná příprava byla nejednotná. Ve snaze vyjít plavcům vstříc v jejich osobních požadavcích, trpěl trénink, o kterém jsme jako trenéři párkrát ztráceli přehled a museli spoléhat na svědomitost plavců. Někteří plavci absolvovali pár tréninků sami, nepřítomnost ostatních kolegů na provedení tréninku jistě nepřidá.

Příští univerziáda se koná v Neapoli a termínově se kryje s obdobím, kdy se budou nejlepší plavci pravděpodobně aklimatizovat v dějišti MS50m v Gwangju. Proto je nutné zvážit účast českých plavců na této akci, případně očekávat nižší výkonnostní úroveň plaveckého týmu, protože nejlepší budou chybět. Musíme počítat s tím, že plavecky silné státy sem pošlou sice své slabší plavce, přesto asi velmi vysoké výkonnosti. Pravděpodobně také nebude plavecká výprava tak početná, jako tomu bylo v Taipei.

Pro další univerziádu doporučuji stanovit tvrdší limity pro účast a vyžadovat jejich splnění. Nabízí se využít kvalifikační soutěž na MS50m na konci května, pokud se model příští sezóny osvědčí a poskytnout tak pouze jedinou kvalifikační možnost pro účast na univerziádě. Tým plavců se vytvoří dříve a ve stejnou dobu, jako tým na další vrcholy sezóny. Trenéři a jejich plavci se budou moci soustředit na jednoznačný cíl, na který budou mít delší dobu pro přípravu.

Přestože Český svaz plaveckých sportů se finančně výrazně podílel na přípravě na tuto akci, z výsledků univerziády nic nemá. Proto doporučuji apelovat na zohlednění této akce při financování jednotlivých svazů.

Hodnocení vypracoval Tomáš Brtník,  
v Praze dne 2. září 2017