



## Hodnocení reprezentační akce

VT Pardubice

+

Mezistátní utkání „Duel in the pool“: **Česko – Rakousko – Slovensko**  
**Vídeň - BSFZ Südstadt (AUT), 18. – 19. července 2020**

Během třetího červencového víkendu se na jižním okraji Vídně ve sportovním komplexu Südstadt uskutečnilo mezistátní utkání juniorských výběrů Česka, Rakouska a Slovenska.

---

Před touto soutěží se část reprezentantů sešla od 6. do 16. července pod vedením trenérů Havlanta, Brtníka a Šetka na přípravném soustředění v Pardubicích.

(účastníci soustředění: M. Čihák, D. Ludvík, V. Netrh, T. Míka, V. Matula, M. Hájek, O. Špaňár, M. Cogan, B. Matošková, K. Javorková, N. Tužilová, J. Příbylová, M. Fišerová, C. Fraňková, P. Zavadová)

Organizačně proběhlo soustředění podle plánu. Tréninkové hodiny byly zajištěny na 50m bazéně Plaveckého areálu Pardubice. Ubytování a strava téměř v rodinné atmosféře hotelu Staré časy byly až nadstandardní. Plavci měli dostatečný počet půldnů k relaxaci + měli možnost 3x využít wellness centra. V průběhu soustředění proběhla pro plavce také přednáška zástupce společnosti MySasy, který představil mladým plavcům možnosti aplikace hodnocení odezvy organismu na tréninkovou zátěž pomocí sledování srdeční variability.

Tréninky byly zaměřeny na udržení závodní kapacity hlavních plaveckých způsobů s cílem připravit se co nejlépe na následnou reprezentační soutěž.

Plavcům byly tréninkové plány zaslány na osobní profily v aplikaci ETD Yarmill, kde si je mohou najít jednotliví osobní trenéři. Za organizaci akce děkuji Martinu Kratochvílovi, vedení plaveckého areálu Pardubice a vedení hotelu Staré časy.



## Hodnocení závodů:

nominovaný tým:

vedoucí týmu: Roman Havrlant – reprezentační trenér

trenéři: Vlastimír Perna, Libor Kohut, Jiří Karas, Radek Jung

starší junioři: David Ludvík (02)  
Vojtěch Netrh (02)  
Tomáš Míka (03)  
Sebastián Luňák (02)  
Vojtěch Matula (03)  
Kristián Balon (03)

Jakub Bursa (03)  
Martin Míček (03)  
Michal Hájek (02)  
Martin Čihák (02)  
Marek Souček (02)

mladší junioři: Filip Čajka (04)  
Ondřej Špaňár (04)  
Michal Judickij (04)  
Tobias Kern (05)

Tomáš Chocholatý (04)  
Daniel Gracík (04)  
Mikuláš Rudolf Cogan (05)

starší juniorky: Kamila Javorková (04)  
Bára Matošková (03)  
Lýdie Štěpánková (03)

Terezie Kinterová (04)  
Kateřina Laňková (03)  
Lenka Bešíková (04)

mladší juniorky: Natálie Tužilová (05)  
Clementina Fraňková (05)  
Markéta Fišerová (05)  
Petra Zavadová (06)  
Eliška Vokatá (06)

Jana Příbylová (05)  
Natálie Jandíková (05)  
Viktorie Olivová (05)  
Tereza Anna Sýkorová (06)

(na poslední chvíli byl z akce omluven ze zdravotních důvodů David Koutný (2003))



Doprava do Vídně byla organizována autobusem z Brna v pátek 17.7. a zpět přes Brno do Prahy v neděli ihned po skončení závodů. (Vzhledem k tomu, že dopravce nemohl zůstat po celou dobu závodů, využívali jsme na místě pro přesuny mezi hotelem a bazénem autobus slovenské federace, který nám byl s ochotou k dispozici.)

Ubytování, snídaně a večeře v hotelu Holzinger (vzdáleném cca 8km od bazénu) byly na velmi dobré úrovni.

## Hodnocení závodu a výkonů našich plavců:

Mezinárodní závod s názvem „Duel in the pool“ původně koncipovaný jako čtyřtůčkář byl nakonec soutěží pouze tři reprezentačních výběrů – Česka, Rakouska a Slovenska. Maďarský tým svou účast na poslední chvíli odvolal. Pořádání závodů inicioval rakouský svaz v ideálním termínu, kdy se plavci po jarním téměř dvouměsíčním vynuceném výpadku z důvodu celosvětové pandemie koronaviru stačili téměř všichni dostat do slušné plavecké formy. Duel proběhl v krásném tréninkovém bazénu sportovního centra na jižním okraji Vídně a svými parametry naprosto dostačoval účelům této akce. Přetrvávající globální důsledky bezpečnostně-hygienických opatření se ale organizaci závodů nevyhly. Po celou dobu klání se v bezprostředním okolí bazénu mohli pohybovat pouze rozhodčí a trenéři. Divákům nebyl přístup umožněn. Kromě rozplavání měli plavci k bazénu přístup jen v době, kdy absolvovali své starty. Zázemí pro plavce bylo vytvořeno v přilehlé tělocvičně, kde měli možnost relaxovat, sledovat průběh závodů na monitoru a připravovat se na své disciplíny.

Dalo se očekávat, že výkony plavců nebudou v závislosti na průběhu sezóny nikterak ohromující. Většina plavců nás ale mile překvapila svou momentální připraveností. Zejména chlapci v kategorii mladších juniorů ve více než polovině případů zaplavali osobní rekordy (viz statistika níže).

Nikomu ale nelze upřít bojovnost a touhu zaplavat co nejlépe za daných možností. Všichni od začátku cítili osobní zodpovědnost za konečný výsledek týmu. V ojedinělých případech zodpovědnost až přehnaně velkou:) Plavci to ale rozhodně neměli jednoduché, protože v průběhu závodů nebylo možné vytvořit přímo na bazéně klasickou kulisu týmové podpory (i trenéři měli zákaz verbálně povzbuzovat). Reprodukovaná hudba však zajistila přijatelné prostředí pro bojovné naladění závodníků.

Bylo příjemné sledovat, jak se celý tým rychle stmelil a jak trenéři stále dodávali plavcům impulzy pro potřebnou aktivaci před jejich vystoupeními. Velmi potěšující bylo zodpovědné rozplavání, rozcvičování a vyplavání plavců po každém závodním půldni.

Celkově lze vyjádřit velkou spokojenost s výkony našich juniorských reprezentantů, kteří se v nelehkých podmínkách dokázali vzchopit k velmi dobrým výkonům.

V celkovém součtu absolvovalo našich 33 reprezentantů celkem 161 startů, ze kterých si zaplavali 55 osobních rekordů (výpis viz příloha).

Zajímavá je bilance osobních rekordů v rámci jednotlivých kategorií:

mladší juniorky (roč. 2005, 2006):	40 startů, 11 osobních rekordů (27%)
starší juniorky (roč. 2003, 2004):	32 startů, 3 osobní rekordy (9%)
mladší junioři (roč. 2004, 2005):	39 startů, 24 osobních rekordů (61%)!!!
stadší junioři (roč. 2002, 2003):	50 startů, 17 osobních rekordů (34%)

(Pozn: Rozdílné množství startů v jednotlivých kategoriích je dáno nestejným množstvím startů mimo soutěž.)

Z pohledu osobní bilance jednotlivců bych vyzvednul výkony Tomáše Chocholatého, Mikuláše Cogana, Daniela Gracika, Michala Judického, Tobiase Kerna, Elišky Vokaté, Petry Zavadové, Tomáše Míky, Vojtěcha Netrha, Marka Součka a Lýdie Štěpánkové. Tito měli výraznou převahu osobních rekordů, předních umístění nebo absolutní kvality výkonů.

Z uvedené bilance osobních rekordů je docela dobře patrné, jak rozdílně zareagoval organismus chlapců a dívek na poměrně dlouhou nucenou pauzu z hlediska fyzického i duševního vývoje v této věkové kategorii. Děvčata to rozhodně neměla jednoduché. I přes svou osobní iniciativu v průběhu krizového období musela daleko více bojovat se změnou režimu, zatímco organismus chlapců reagoval zpravidla růstovým spurtem, zlepšením regenerace a pozitivní motivací pro fyzickou aktivitu v různých sportovních aktivitách. Myslím, že tento jev je důležité vnímat jak z pohledu trenéra, tak z pohledu plavce i rodiče. Považuji toto za důležitou zkušenost, která v podobných situacích vyžaduje diferencovaný přístup. (Děvčatům je z mého pohledu v podobných situacích třeba věnovat trvalou pozornost, najít pro ně vhodné aktivity a snažit se u nich zachovat v rámci možností co nejvíce aktivní režim, být s nimi v trvalém kontaktu a dodávat jim sebevědomí. Zatímco u chlapců si můžeme dovolit nechat jim širší pole působnosti pro jejich trénink i odpočinek. Chlapci se jeví, že se dokáží v nečekaných situacích více seberegulovat a nacházet si sami podněty pro vlastní rozvoj a uspokojení svých průběžných cílů. Samozřejmě jak pro chlapce, tak pro děvčata je nesmírně těžké se vyrovnat s důsledky, které sebou nese například rušení stěžejních soutěží v sezóně. To jsou nové věci nejen pro sportovce, ale i pro trenéry, rodiče a managementy sportovních institucí. Budou vyžadovat důkladnou analýzu a adekvátní možná řešení. V současné dynamické situaci ale musíme být připraveni na to, že jakákoli konkrétní řešení mohou narazit na nejistý vývoj celosvětové situace.

Po skončení závodů jsme se v tomto duchu snažili sportovce informovat a povzbudit je pro přípravu v následujícím období.

Ještě jednou bych ale vyzvednul přístup všech reprezentantů, poděkovat realizačnímu týmu a vedení svazu za zajištění akce.

Ve Vídni, 19. 7. 2020

Roman Havrlant – vedoucí akce

PS: Oficiální výsledky a statistika výkonů na odkazu: <http://www.msecm.at/en/event-details?eventid=1646>  
Výpis výkonů českých plavců v příloze.



## Celkové výsledky týmových Pohárů:

mladší juniorky: (2005+2006)	1. Czech Republic (CZE)	212 bodů
	2. Austria (AUT)	188 bodů
	3. Slovakia (SVK)	173 bodů
mladší junioři: (2004+2005)	1. Czech Republic (CZE)	223 bodů
	2. Austria (AUT)	191 bodů
	3. Slovakia (SVK)	162 bodů
mladší junioři dohromady:	1. Czech Republic (CZE)	435 bodů
	2. Austria (AUT)	379 bodů
	3. Slovakia (SVK)	335 bodů
starší juniorky: (2003+2004)	1. Austria (AUT)	198 bodů
	1. Slovakia (SVK)	198 bodů
	3. Czech Republic (CZE)	180 bodů
starší junioři: (2002+2003)	1. Czech Republic (CZE)	230 bodů
	2. Austria (AUT)	184 bodů
	3. Slovakia (SVK)	162 bodů
starší junioři celkem:	1. Czech Republic (CZE)	410 bodů
	2. Austria (AUT)	382 bodů
	3. Slovakia (SVK)	360 bodů

