



Plán prípravy CTM - Východ na rok 2022

Realizačný tím: hlavný tréner – Ján Arendáč
asistenti – Branislav Šperňák, Jozef Lenčeš

Koncepcia práce:

- pracovať s výberom najperspektívnejších pretekárov v jednotlivých oddieloch
- zosúladiť prípravu CTM s prípravou dorasteneckej reprezentácie
- zabezpečiť prechod pretekárov z materských oddielov do užšej dorasteneckej reprezentácie
- aktívne komunikovať s materskými klubmi

Hlavné a individuálne ciele: - sledovanie pretekárov na domácich turnajoch

- zvyšovanie športovej výkonnosti
- 10 x umiestnenie na M-SR
- Pripraviť 3 pretekárov na reprezentáciu EYOF 2022 Banská Bystrica

Plán a harmonogram prípravy: z povinných akcií v nasledovnom rozsahu:

- domáce turnaje - MSR dorastencov a starších žiakov, 3.kolá ligy dorastencov, 3 kolá krajskej ligy
- zahraničné sledované turnaje – MT Olomouc, MT Ostrava (CZ), Budapešť (HU), Brno (CZ), Krakow (POL) Varšava (POL),
- domáce VT Banská Bystrica I. a II, Michalovce.
- zahraničné VT – Bielsko-Biala (POL), Peja (Kosovo)
- regionálne tréningy CTM VÝCHOD s frekvenciou jedenkrát za 2 týždne (štruktúra prípravy v priebehu roka, hlavné zameranie, spolupráca s reprezentáciou, inými CTM, strediskami, klubmi, sledovanie prípravy pretekárov, testovanie kondičnej prípravy – 2x do roka, technicko-taktická zložka prípravy a pod.)

Výber pretekárov do CTM: - Max: 16 pretekárov, 1 náhradník (starší žiaci-2008, žiacky-2008, dorastenci-2007 až 2005, dorastanky 2007 až 2005)

Zaradovanie do kádra CTM:

- na základe výsledkov z turnajov z roku 2021, a po dohode s klubovými trénermi, M-SR dorastencov a starších žiakov, Celoslovenský ranking .
- aktuálna výkonnosť, aktivita v tréningovom procese
- výsledky testovania všeobecnej športovej a pohybovej výkonnosti
- Akcií sa môžu zúčastňovať aj nezaradení pretekári na vlastne náklady (oddielové)

Vyradenie z kádra CTM:

- Nevhodné správanie sa na akciách CTM
- Hrubé porušenie morálky športovca a dohodnutých pravidiel počas tréningových sústreduení
- 2x neospravedlnenie z akcie CTM

Termínová listina a výber pretekárov je v prílohe.

V Bardejove, dňa: 18.1.2022

Vypracoval Ján Arendáč, tel. číslo: +421948005290, email: janko018@centrum.sk