

Plán prípravy juniorskej reprezentácie na rok 2023

Tréner: Krnáč Jozef

Realizačný tím: Hajás Matej, Jozef Tománek ml., tréneri VŠC a CTM

V roku 2023 má juniorská reprezentácia dva hlavné vrcholy sezóny:

- | | | |
|---------------|---------------------|-------------------------|
| 1. MEJ | Hague, NED | 7.9.-10.9.2023 |
| 2. MSJ | Lisabon, POR | 4.10.-10.10.2023 |

V prípade dobrých výsledkov možnosť štartovať aj na ME do 23 rokov:

- | | | |
|-----------------|---------------------|--------------------------|
| 3. ME 23 | Potsdam, GER | 17.11.-19.11.2023 |
|-----------------|---------------------|--------------------------|

Plán prípravy:

Začiatok roka bude po dlhšej pauze opäť tradičným a to sústredením v Mittersille. No plánujem toto sústredenie absolvovať len s najstaršími v užšom výbere. Je to dosť fyzicky náročné OTC.

Pre oddiely odporúčam prvý vhodný turnaj na MT Olomouc 20.1.2023. Následne je tam aj sústredenie.

Pre všetkých bude prvý kontrolný zraz koncom januára 27.1.-29.1.2023 zameraný hlavne na testy fyzickej pripravenosti. Samozrejme prebratie plánu prípravy s pretekármi a pretekárkami. V tréningu preberieme taktickú prípravu v zápasoch a na randori.

Do kategórie U21 prichádza množstvo šikovných a perspektívnych pretekárov a pretekárok z dorasteneckej reprezentácie. Cieľom bude, aby sa postupne usadili vo vyššej vekovej kategórii a, aby sa v priebehu ich juniorského obdobia postupne zlepšovali a dokázali presadiť na vrcholných podujatiach. Viacerí z nich budú zaradení v novo vytvorenom TOP teame SZJ.

Výborné je, že sa postupne uvoľňujú všetky covidové opatrenia. A to platí aj pre jednotlivé akcie, čo trochu znižuje ich finančnú náročnosť.

Posledné roky sa kalendár súťaží v priebehu sezóny viackrát menil. Takže sa môže stať, že aj v budúcom roku nastanú nejaké zmeny. Určite sa s tým po skúsenostiach dokážeme vyrovať a upraviť plán prípravy podľa tých zmien.

Aktuálny kalendár prípravy a výber pretekárov prikladám v prílohe.

Zatiaľ je ťažké predpokladať s akým finančným balíkom sa dá počítať na nasledujúce obdobie. Nie je potvrdený rozpočet SZJ, tak isto rozpočet VŠC DUKLA a v neposlednom rade zaradenie do TOP teamu Slovakia. Od tohto sa bude odvíjať a konkrétny finančný plán na celú sezónu, respektíve koľko akcií a kto sa ich bude môcť zúčastňovať.

Počty pretekárov a pretekárook hlavne v užšom výbere aktualizujem, podľa schváleného rozpočtu a ich aktuálnej výkonnosti. Tak isto budem priebežne aktualizovať aj plán na jednotlivé akcie a ich finančné zabezpečenie.

Výkonnostné ciele:

- 1. MEJ Hague, NED 7.9.-10.9.2023**
- Účasť 5 pretekárov z toho 1 x umiestnenie do 5.miesta a 2 x umiestnenie do 7.miesta.
- 2. MSJ Lisabon, POR 4.10.-10.10.2023**
- Účasť 3 pretekárov z toho a 1 x umiestnenie do 5.miesta.

Kritériá nominácie na náklady SZJ:

- 1. MEJ Hague, NED 7.9.-10.9.2023**
- 1 x umiestnenie do 3.miesta, alebo 2 x umiestnenie do 5.miesta a minimálne 3 vyhraté zápasy pri každom umiestnení **na plánovaných nominačných turnajoch ECJ kategórie respektíve turnajoch EC a EO. Rozhodujúce bude aj kvalitatívne obsadenie ECJ.**
- 2. MSJ Lisabon, POR 4.10.-10.10.2023**
- 1 x umiestnenie do 3.miesta, alebo 2 x umiestnenie do 5.miesta a minimálne 3 vyhraté zápasy pri každom umiestnení **na plánovaných nominačných turnajoch ECJ kategórie respektíve turnajoch EC a EO. Rozhodujúce bude aj kvalitatívne obsadenie ECJ.**

Návrh nominácie po nesplnení kritérií, na podielové a vlastné náklady budem predkladať na schválenie VV SZJ po konzultácii s RRT.

Finančné zabezpečenie:

Počet jednotlivých akcií, účasť na nich, počet pretekárov a pretekárook budem upravovať podľa rozpočtu juniorskej reprezentačnej zložky. Po výbornom výsledku Matašejeho na MSJ 2022, by mal byť zaradený a podporený z TOP teamu Slovakia. V roku 2023 nebude nikto zaradený ani podporený finančne z NŠC. Ostáva tak podpora zo strediska VŠC Dukla Banská Bystrica. Viacerí z užšieho a širšieho výberu je zaradená v tomto stredisku. Počítam s tým, že budú mať aj finančnú podporu na ich prípravu. S VŠC Dukla veľmi úzko spolupracujem a zatiaľ sa nám vždy podarilo sezónu finančne zvládnuť.

Po konzultácii s RRT a novo vytvoreného TOP teamu SZJ budem riešiť, aký budú mať títo športovci plán prípravy. A ako budeme riešiť finančné pokrytie jednotlivých akcií na ktorých, bude tento TOP team SZJ štartovať. Ešte nie je určený objem financií, ktorým bude tento TOP team SZJ a jednotliví športovci v rámci rozpočtu disponovať.

Na sústredeniach, ktoré sa budú organizovať na Slovensku, nebudem preplácať žiadne cestovné a budem vyplácať len stravné podľa platných smerníc SZJ, respektíve zabezpečovať stravu.

Materiálne zabezpečenie:

Kimóná a backnumbers zo zväzu dostanú v prípade potreby len pretekári a pretekárky v užšom reprezentačnom výbere. Od budúcej sezóny je treba nové kimóná s novým strihom a licenciou IJF na rok 2023.

Odporúčam, aby v oddieloch pre svojich pretekárov a pretekárky zabezpečili Backnumbers a schválené kimóná aj opasky EJU, aby v prípade nominovania pretekárov alebo pretekárook zo širšieho výberu nenastal problém. Dodacia doba na Backnumbers je cca jeden mesiac. Tak isto je nutné, aby pretekári a pretekárky boli registrovaní v JUDOBASE.

Bez registrácie v JUDOBASE sa nedá prihlásiť na ECJ a do JUDOBASE sa dá prihlásiť len do 7 dní pred ECJ!!!!

Náplň domácich a zahraničných reprezentačných sústredení:

Na domácich TC sa budem snažiť zdokonaľovať zápasovú techniku, rozoberať taktickú a špeciálnu zápasovú pripravenosť. Na zahraničných TC bude náplňou predovšetkým randori. Kondičnú prípravu si musia riešiť pretekári a pretekárky v materských oddieloch. Na domácich TC na to bude minimum času.

Kritériá na zaradenie a vyradenie:

Do reprezentačného výberu som zaraďoval na základe dosiahnutých výsledkov v roku 2022 na domácich a zahraničných súťažiach. A perspektívy do najbližšej budúcnosti.

Reprezentačné výbery sa môžu v priebehu roka meniť podľa výkonnosti. Zaraďovať a vyradovať budem na základe výsledkov a účasti na domácich a zahraničných turnajoch a sústredeniach. Aby som mohol aktualizovať reprezentačné výbery, žiadam pretekárov a pretekárky, aby mi v priebehu roka zmenu hmotnostnej kategórie a výsledky na akciách mimo reprezentácie v čo najkratšom čase oznámili telefonicky, alebo mailom.

Poznámky:

Čo sa týka disciplíny na jednotlivých podujatiach, večierka je o 23:00. Nulová tolerancia alkoholu a cigariet a tabakových výrobkov. Pri vážnom porušení disciplíny budú pretekári alebo pretekárky vyradení z reprezentácie na daný rok a budú musieť uhradiť náklady z danej akcie. A to po riešení disciplinárnej komisie SZJ.

Vyradovať z výberov budem aj pre neskoré, bezdôvodné alebo žiadne ospravedlnenia z reprezentačných akcií jednotlivcov, ktorí boli nominovaní.

V Bratislave 18.1.2023

Jozef Krnáč
reprezentačný tréner juniorov a junioriek
Tel.: +421 911 795 307
e-mail: jozefkrnacjudo@gmail.com