

Zpráva z testovacího srazu

Střední Čechy – západ, Střední Čechy východ, Ústecký kraj, Jihočeský kraj

Termín:	18.11. – 19.11.2022.
Místo:	Kladno
Trenéři :	Stř.Čechy-západ - Hana Větrovcová, Aleš Pastrňák, František Procházka, Libor Malina, Eva Šafaříková, Kateřina Siebeltová, Tomáš Vojtek Stř.čechy - východ Antonín Morávek, Klára Tučková, David Linhart Ústecký kraj : Alexej Lesnik, Petr Valenta, Veronika Purmanová, Radek Šíma Jihočeský kraj : Tomáš Najbrt, Erik Svoboda ČAS : Tomáš Purman
Fyzioterapeuti	Konzská, Žák, Sviteková Tomáš Musil, Michal Smutný
Masér	Jiří Filip
Doprovodný program	Lenka Karpíšková – gymnastika, Helena Felcmanová-kompenzační cvičení, Michal Pufr – soutěže ČAS a pravidla atletiky
Atleti	celkem 85 viz seznam v příloze
Testování proběhlo v atletické hale, kvůli rozměrům haly se běžela zvlášť 20m a 30m, dvě skupiny z důvodu bezpečnosti házely medicinbal venku. Testování výmky jsme provedli na workoutovém hřišti.	
Doprovodný program	gymnastika v tělocvičně sportovní haly, přednáška v místnosti VIP, kompenzační cvičení v atletické hale
Vyšetření fyzio	společenská místnost hotelu Sletiště,
Masáže	v místnosti rehabilitace v tribuně stadionu
Několik postřehů:	Zvážit vyšetření u fyzio plošně- velká většina atletů má „svého“ fyzio, zda tedy neponechat na volbě atleta(trenéra), jestli bude mít zájem o vyšetření Zvážit, zda nespojit soustředění s testováním (finance) Doporučila bych přece jen se zamyslet na referenčními hodnotami a brát v úvahu i biologický věk atletů. Máme z testování příklad stejně starých děvčat, jedna váží 36kg a měří 155 cm, druhá je už „dospělá“ ženská.
Testování proběhlo bez problémů, hlavně i díky perfektní práci všech trenérů. Je to zkrátka fajn, mít kolektiv trenérů, kteří díky svým zkušenostem přispějí ke zdárnému chodu	

Generální partner
Českého atletického svazu



Oficiální partneři Českého atletického svazu



testů. Zapojili se i další trenéři, kteří přijeli jen se svými svěřenci (Miroslav Lacko, Kateřina Siebeltová).

Osvědčilo se zařazení masérských služeb do programu, zájem byl větší, než dovolila časová kapacita.

Pokud jde o doprovodný program-část atletů se zúčastnila cvičení gymnastiky, které vedla profesionální trenérka gymnastiky Lenka Karpíšková, po večeri proběhla přednáška o soutěžích a pravidlech atletiky, vedl předseda STK Středočeského kraje Michal Pufr, manažerka Středních Čech pak s další částí atletů cvičila kompenzační cvičení se zařazením prvků pilates.

Zpestřením srazu byla návštěva Matěje Krska, který přišel pozdravit účastníky srazu.

Fotek máme mraky, posílám v příloze alespoň od každého něco.



Generální partner
Českého atletického svazu



Oficiální partneři Českého atletického svazu





ČESKÝ ATLETICKÝ SVAZ / CZECH ATHLETIC FEDERATION

Na Pískách 2583/8, 160 00 Praha 6 – Dejvice, Česká republika

T: +420 233 014 400, F: +420 233 014 450, E: atletika@atletika.cz, www.atletika.cz

IČO: 00539244, DIČ: CZ699005461, bankovní spojení: ČSOB, a.s., č.ú.: 153150982/0300

Generální partner
Českého atletického svazu



Oficiální partneři Českého atletického svazu

