

31. březen 2020

Vážené atletky a atleti sportovního centra mládeže, vážení trenéři,

doba karantény stále trvá, plánované akce jsou zrušeny (zatím do konce dubna 2020), stejně tak jarní výcvikové tábory jednotlivých sekcí. Nyní prožíváme období tzv. distančního tréninku při respektování všech nařízení a omezení, která mají za cíl zabránit masivnímu rozšíření pandemie Koronaviru. Tomuto všemu se věnoval předchozí zpravodaj č. 2-2020 SCM JMK 2. Mezitím posílám další informace, např. kvízový seriál, metodické oddělení ČAS zpracovává, i na základě vašich podkladů, materiály, jak lze trénovat v omezených podmínkách (kondiční příprava, imitační cvičení atd.), které jsou přístupné na rozdělené videotéce ČAS, kterou naleznete na tomto [odkazu: https://www.youtube.com/channel/UCDkBh8PAoXNFZuGANac9ljA/playlists](https://www.youtube.com/channel/UCDkBh8PAoXNFZuGANac9ljA/playlists). Stejně tak všechna videa ze školení v Nymburku či např. oštěpaři z Veletova (minulý rok), jsou pro vás přístupná na kanálu Metodika ČAS.

Dovoluji si vás také upozornit na Program COMPLEXCORE+ pro trenéry a atlety, více informací viz: <https://www.atletika.cz/aktuality/program-complexcore-pro-trenery-a-atlety/>

Dále dovoluji, abych v tomto Zpravodaji provedl bilanci halové sezony, která začala vánočními halami a končila republikovými šampionáty. Atleti SCM JMK 2 si počínali následovně:

## **Mistrovství ČR dorostenců, dorostenek, juniorů a juniorek (gigant) v hale 15. až 16. února 2020 v Ostravě:**

**Hana Blažková** (Atletický klub AK Tišnov, z.s.) – **3. místo** v běhu na 60 m dorostenek výkonem 7,62 s. (PB, R 7,67 s.)

**Matěj Hřebačka** (Atletický klub Hodonín, z. s.) – **3. místo** v běhu na 3000 m dorostenců výkonem 8:59,98 min.

**Tomáš Oberndorfer** (TJ Lokomotiva Břeclav) – **3. místo** v běhu na 60 m př. výkonem 8,03 s. (PB, R 8,26 s.)

**Matěj Hřebačka** (Atletický klub Hodonín z. s.) – **4. místo** v běhu na 1500 m dorostenců výkonem 4:08,11 min. (PB)

**David Bix** (TJ Znojmo, z. s.) – **4. místo** v běhu na 400 m juniorů výkonem 49,93 s. (R 50,12 s.)

**Sebastian Hajzler** (Atletický klub AHA Vyškov, z. s.) – **6. místo** ve skoku o tyči juniorů výkonem 4,58 m (=PB)

**Jakub Petrjanoš** (TJ Lokomotiva Břeclav) – **8. místo** v trojskoku juniorů výkonem 13,79 m

Na MČR nestartovala Natálie Hlavinková, která byla omluvena pro vážné rodinné důvody.

Další členové SCM JMK 2 Eliška Krajčová, Matěj Martinec, Jakub Kratochvíl jsou kladiváři a Adam Procházka oštěpař, v halovém MČR tudíž nemají vypsány své disciplíny.

Velká gratulace patří medailistům **Hance Blažkové, Matěji Hřebačkovi** a **Tomáši Oberndorferovi**, samozřejmě i jejich trenérům. I další umístění v první osmičce domácího šampionátu (Matěj Hřebačka a David Bix s „bramborovými“ medailemi) snad potěšila atlety samotné i jejich trenéry.

## **Mistrovství ČR mužů a žen v hale 22. až 23. února 2020 v Ostravě:**

**Sebastian Hajzler** (Atletický klub AHA Vyškov, z. s.) – 10. místo výkonem 4,56 m

Ostatní atleti SCM JMK 2 na MČR mužů a žen v hale nestartovali.

**Mistrovství ČR ve vícebojích v hale 7. a 9. února 2020 v Praze-Stromovce** nebylo atlety SCM JMK 2 obsazeno (specialistu vícebojaře nemáme), přesto za zmínku stojí účast tří zákyň – 2. místo - Veronika Jakusidisová (05, ASK Blansko), 3427 bodů; 10. místo – Jana Piškulová (05, TJ Lokomotiva Břeclav), 3068 bodů; 16. místo – Dominika Bezdíčková (06, ASK Blansko), 2779 bodů. Blahopřejeme!

**Mistrovství ČR v chůzi v hale 9. února 2020 v Praze-Stromovce** nebylo atlety SCM JMK 2 obsazeno (specialistu chodce nemáme). Zde tedy stojí za zmínku účast dvou žáků na mistrovské chodecké trojce: 6. místo – Kryštof Pevný (07, Orel Vyškov), 19:59,98 min.; 7. místo – Čeněk Topor (07, Orel Vyškov), 20:03,38 min. Blahopřejeme!

Na základě výsledků v halové sezoně předložil vedoucí trenér SCM JMK 2, po konzultaci s vedoucím trenérem sekce běhů a vedoucím trenérem VSCM, návrh na dozařazení do VSCM běžce Marka Kalouse (00, Atletický klub AHA Vyškov, z. s., člen SCM v roce 2019, 1500 m – 3:54,45 min.; 7. místo na MČR M a Ž v hale). Vedoucí trenér VSCM předal tento návrh k odsouhlasení TR ČAS a následně ke schválení šéftrenérovi ČAS. Podle zprávy od vedoucího trenéra VSCM tento návrh prošel. **Marek Kalous** byl tedy po halové sezoně dozařazen do Vrcholového sportovního centra mládeže atletiky pro rok 2020.

Atletky a atleti, dovoluji si připomenout povinnosti atleta zařazeného do SCM:

- účastnit se testovacích srazů a výcvikových táborů /dle pozvání/, případně se řádně a včas omluvit,
- startovat na MČR ve své věkové kategorii, v případě neúčasti se předem omluvit,
- vést si tréninkový deník,
- absolvovat sportovní prohlídku,
- platnost školení „I Run Clean“ (2 roky)

Ve všech souvislostech je nutné si **aktuálně přeobjednat sportovní prohlídku** u těch z vás, kterým v důsledku karantény objednaný termín sportovní prohlídky propadl. Platná sportovní prohlídka (1 x ročně) je základním předpokladem zařazení atleta v SCM. V případě problémů se sportovní prohlídkou mne neváhejte kontaktovat.

Dále sledujte informace na [www.atletika.cz](http://www.atletika.cz) , zde najdete všechny aktuální informace, zejména kolem aktuálního vývoje atletické sezony 2020. Prosím Vás atletky a atleti, vážení trenéři, o pružnou komunikaci se sekčními trenéry SCM, případné informace od Vás uvítám i já.

Děkuji za spolupráci a přeji vám a vašim blízkým zdraví a klid pro vaši atletickou přípravu.

S pozdravem

Jiří Hajzler

Vedoucí trenér SCM

Jihomoravský kraj 2



Mob. 702 174 796

E-mail: [jhajzler@atletika.cz](mailto:jhajzler@atletika.cz)

[www.atletika.cz](http://www.atletika.cz)