Dorastenecká reprezentácia

Slovenskej republiky

v rádiovom orientačnom behu

Mlynská 4

900 31 Stupava

e-mail: szr@szr.sk

[www.rob.sk](http://www.rob.sk/)

KONCEPCIA PRÍPRAVY

na rok 2018

**Ciele a motivácia**

Hlavným cieľom je dobudovať tím a motiváciou snaha o dosiahnutie čo najlepších výkonov a získanie medailí na medzinárodných podujatiach a na vrcholnom podujatí – Majstrovstvách Sveta žiakov a dorastu. Dlhodobým cieľom ostáva kontinuálne rozširovanie členskej základne.

V rámci dosiahnutia cieľa plánujeme podľa možností aj účasť na pretekoch v OB kvôli zlepšeniu mapových znalostí.

**Plán akcií**

**Plán akcií na rok 2018**

17.2. - 20.02. kondičné sústredenie Krahule

03.03. 2018 1. JM ROB klasiky 80m + 2m ( Brno - ) – výjazd

17.03. 2. JM ROB klasiky 80m + 2m Brno – výjazd

29.03. - 01.04. technické sústredenie + OB Nedomov Česko

07.-08.04. Cesom Šaštín - Stráže

08.04.2018 MČR na dlhej trati Brno a okolie

**27. – 29.4.2018 Martinský Pohár 1.kolo SP klasiky + fox ( nominačné)**

**11.05.-13.05.** Bílovické Krpály MČR na kr. trati 3,5 MHz + 144MHz klasika (nominačné)

**26.-27.05.2018** **Pohár Turia 2.kolo SP klasiky + šprint ( nominačné)**

**09.- 10.06.** **Kysucký** **Pohár, klasiky,** 3.SP klasiky + šprint**( nominačné)**

**Šprint + klasiky** Slovenský pohár 3.kolo **( nominačné)**

**15. – 17.06.2018 MČR KT 2m + MČR Sprint + klasika 3,5 MHz**

 23.-26.06.2018 doľaďovacie sústredenie žiakov a dorastu

***30.06.-04.07.2018 2. Dorastenecké majstrovstvá sveta Doksy ČR***

04.07.-09.07 *5* D ROB ( MČR šprint, MČR fox. MČR štafety, 2 -x klasiky)

10.-14.07.2018 Bubo cup OB (Slovinsko) Letné tréningové sústredenie

21.-22.07. MSR klasiky

28.-29.07. Berg cupa Nyregyháza Maďarsko

**01.-09.09. Majstrovstvá Sveta Kórea juniori a dospelí**

05.- 07.10. Majstrovstvá ČR klasika

28.- 28.10. MSR na DT

07.- 09.12. Sústredenie zimné Skalka

**Pravidelné tréningy**

Pre členskú základňu v Martine (všetci doteraz aktívni členovia dorasteneckej reprezentácie)

Zimné obdobie - kondičné tréningy pondelok a streda

- telocvičňa 1-krát do týždňa (štvrtok)

Jeseň - jar - leto - tréning ROB ( + OB) 1-krát do týždňa (štvrtok)

 - spoločný kondičný tréning 1-krát do týždňa (pondelok)

**Nominačné kritéria**

Počet nominovaných v kategóriách:

M14 0

M16 4

D14 3

D16 5

(podľa počtu aktívnych športovcov sa môže počet nominovaných zmeniť)

**Do nominačného rebríčka sa započítavajú všetky nominačné preteky. To sú:**

 nominačný kros profil bude spresnený mesiac dopredu

**27. – 29.4.2018 Martinský Pohár 1.kolo SP klasiky + fox ( nominačné)**

**11.05.-13.05.** **Bílovické Krpály MČR na kr.trati 3,5 MHz + 144MHz klasika** (nominačné)

**26.-27.05.2018** **Pohár Turia2.SP klasiky + šprint ( nominačné)**

**09.- 10.06.** **Kysucký** **Pohár, klasiky, 3.SP klasiky + šprint( nominačné)**

**Šprint + klasiky** Slovenský pohár 3.kolo **( nominačné)**

V pretekoch slovenského pohára organizátor pretekov SP zabezpečí, aby kategórie

M16 a M19 a D16 a D19 bežali rovnakú trať a v kategóriách bežali za sebou, aby

výsledky jednotlivých pretekárov bolo možné porovnať a body použiť aj pre žiacku aj

pre juniorskú nomináciu. Na zahraničných nominačných pretekoch budú zaradení do kategórie M19 a D19.

Bodové hodnotenie pretekov:

1.miesto 10 bodov až 10. miesto 1 bod. (Zahraniční pretekári berú body podľa umiestnenia.)

Posledného pretekára v každej kategórii môže nominovať tréner podľa výsledkov a fyzickej kondície.

Nominácia bude uzatvorená na rokovaní rady do týždňa od posledných nominačných pretekov.

Prílohou tejto koncepcie sú informácie k nominačnému krosu.

**Poplatky:**

Poplatky za sústredenia a účasť na majstrovstvá sveta žiakov a dorastu bude hradená podľa výšky štátnej dotácie z MŠ, buď celkovo alebo čiastočne. Bude to zverejnené do konca marca.

**Tím**

**Do širšieho výberu sú ďalej zaradení:**

M16 Budiský Matej, Nosáľ Michal, Jurčík Tomáš, Pravňan Vratko,

D14 Katarína Cuninková, Kurucová Adriana, Vladárová Paulína

D16 Terézia Kuriaková, Lilgová Christine Sophia, Dudová Paulína, Dvorská Dominika, Kubalová Alena,

Ďalší pretekári môžu byť dodatočne pridaní do nominácie podľa výsledkov v sezóne 2018.

Trénerka: PaedDr. Šimečková Anna