Dorastenecká reprezentácia

Slovenskej republiky

v rádiovom orientačnom behu

Mlynská 4

900 31 Stupava

e-mail: [szr@szr.sk](mailto:szr@szr.sk)

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

**Hodnotiaca správa**

**technického sústredenia žiackej a dorasteneckej reprezentácie**

**Mošovce 02.03. – 04.03.2019**

**Cieľ sústredenia:** Zlepšiť technické zručnosti pretekárov pri práci s prijímačom a

mapou

**Priebeh :** Sústredenie prebiehalo podľa pôvodného plánu s jednou výmenou, keď plánovaný šprint bol presunutý na pondelok popoludní, vzhľadom na to, že nedeľný vstup na bazén sa musel z organizačných dôvodov posunúť na 16,00 hod. Preto bolo potrebné zaradiť kratší tréning s náplňou orientačného behu na nedeľné popoludnie. Tréningový proces to ale neovplyvnilo. Pretekári si mohli priamo v teréne preveriť, či prijímače spĺňajú potrebné parametre, ak sa vyskytli drobné technické nedostatky, boli hneď na mieste odstránené.

**Hodnotenie:** Naplánované tréningové jednotky splnili pôvodný cieľ, pripravili pretekárov na novú začínajúcu sezónu, obnovili a zdokonalili sa už osvojené technické zručnosti, preverila sa fyzická kondícia, naplánovali sa ďalšie tréningové jednotky fyzickej aj technickej prípravy. Prekonzultovali sa ďalšie plánované výjazdy a účasť pretekárov na nich.

**Počasie a terén:** Počasie bolo priaznivé až na jedno popoludnie s miernym dažďom

bolo vyhovujúce. Terén sa od poslednej návštevy zmenil, pretože

vzhľadom na kalamitu sa v priestore stále ťaží.

Tréningy to však v žiadnom prípade neovplyvnilo a pretekári sa

s menšími korekciami v mape veľmi dobre vysporiadali.

**Ubytovanie:** Sústredenie sa uskutočnilo v penzióne Drienok v Mošovciach.

Poskytnuté bolo s plnou penziou. Strava bola dostačujúca (aj čo

do množstva ). V priestoroch bolo aj dostatočne teplo, takže

zázemie bolo veľmi dobré.

**Účastníci sústredenia : pretekári** Matej Budiský, Tomáš Jurčík, Vratko Pravňan

Alena Kubalová, Adriana Kurucová, Katarína

Cuninková, Kristína Toporová

**nezúčastnení:** Paula Dudová, Surovčík Martin, Surovčík Michal,

Paula Vladárová,

**tréneri** Anna Šimečková a Jozef Šimeček

**technický personál** Karol Pospíchal a Štefan Noga

V Martine 03.03.2019 PaedDr. Šimečková Anna

trénerka