

Projekt přípravy RD juniorů 2011 - 12

I. REPREZENTAČNÍ DRUŽSTVO JUNIORŮ

Projekt přípravy reprezentačního družstva juniorů na rok 2011-2012 je směřován k úspěšné reprezentaci České republiky na hlavní soutěži – **MEJ a s cílem vytvořit širokou základnu pro budoucí dospělou reprezentaci.**

I. 1. Výkonnostní kritéria pro zařazení do RD juniorů

viz příloha č. 1 – junioři

I. 2. Období pro plnění kritérií do RD juniorů

Do reprezentačního družstva pro rok 2011 - 12 jsou zařazeni závodníci a závodnice, kteří v **nominačním období 1. 1. – 30. 7. 2011** zaplavali (y) v závodech na 50 m bazénu výkon, odpovídající kritériím stanovených v bodě I. 1.

I. 3. Jmenný seznam juniorských reprezentantů pro sezónu 2011 - 12

viz příloha č. 2 – junioři

I. 4. Rozdělení juniorských reprezentantů do skupin A, B a C

skupina A – plavci, kteří do 30. 7. 2011 zaplavali čas na úrovni do 8. místa MEJ nebo byli ve finále A některé evropské nebo světové soutěže - účast na všech VT a na 3 závodech (2 zahraniční + 1 utkání) - viz bod IV. 2. - **s plnou úhradou**

skupina B – plavci, kteří do 30. 7. 2011 zaplavali čas na úrovni do 16. místa MEJ – účast na všech VT a na 3 závodech (2 zahraniční + 1 utkání) - viz bod IV. 2. - **s 50% úhradou příspěvku**

skupina C – ostatní – účast na všech VT a na závodech **s 100% úhradou příspěvku**

I. 5. Realizační tým pro sezónu 2011-12

Boris Neuwirt	-	reprezentační trenér juniorů
Andrea Balášová	-	asistentka trenéra juniorů
Petr Adamec	-	STK
Ladislav Kopečný	-	masér
Jiří Baláš	-	lékař

Na soustředění a další reprezentační akce budou podle potřeby a po dohodě se zodpovědným trenérem zváni trenéři a trenérky: Roman Havrlant, Roman Hakl, Jaroslava Passerová, Marika Tobiášová, Jiří Vlček, Libor Kohut, Lukáš Javorek, Roman Eckert.

II. NOMINACE A LIMITY NA VRCHOLNÉ UDÁLOSTI

II. 1. Nominace:

Cílem nominace na vrcholnou soutěž (MEJ) je podání nejlepšího výkonu v sezóně. Účast na MZ v zahraničí bude sloužit ke srovnání výkonnosti s mezinárodní konkurencí a přípravou na tuto vrcholnou evropskou soutěž.

na MEJ bude nominováno 8 plavců (junioři 94-95, juniorky 96-97) :

1. reprezentanti, kteří splní limit, budou automaticky nominováni
2. pokud splní vypsany limit více plavců, budou na soutěž nominováni všichni bez ohledu na početní limit – maximálně 4 do disciplíny (viz bod III. 1. c)

3. při nesplnění limitu budou do počtu 8 nominovaní další reprezentanti na základě procentuálního přiblížení k vypsánému limitu v disciplíně (nejméně však 99%). Toto podléhá schválení VV ČSPS.

II. 2. Limity:

Starší junioři - ME juniorů 2012

- 16. místo redukováného pořadí, pokud v soutěži startovalo více jak 32 účastníků nebo polovina startovního pole (redukováné pořadí), pokud v soutěži startovalo méně než 32 účastníků

III. Vrcholné soutěže – 2011 - 12

III. 1. ME juniorů 2012 – Antverpy (BEL), 4. – 8.7.2012

III. 1. a) Limity pro účast (lepší postupový čas z MEJ 2010 nebo MEJ 2011)

Junioři		Juniorky	
Disciplína	Výkon	Disciplína	Výkon
50 M	0:25,22	50 M	0:28,74
100 M	0:55,69	100 M	1:03,24
200 M	2:03,89	200 M	2:20,14
50 Z	0:27,14	50 Z	0:30,33
100 Z	0:57,98	100 Z	1:04,70
200 Z	2:06,58	200 Z	2:19,72
50 P	0:29,56	50 P	0:33,47
100 P	1:04,54	100 P	1:13,03
200 P	2:19,29	200 P	2:37,42
50 VZ	0:23,66	50 VZ	0:26,97
100 VZ	0:51,45	100 VZ	0:57,77
200 VZ	1:53,14	200 VZ	2:05,21
400 VZ	4:00,65	400 VZ	4:23,39
800 VZ	8:17,81	800 VZ	8:59,20
1500 VZ	15:42,04	1500 VZ	17:05,50
200 PZ	2:06,91	200 PZ	2:22,45
400 PZ	4:31,49	400 PZ	5:00,85

2. 9. 2011

III. 1. b) Program ME juniorů 2012

rozplavby	rozplavby	rozplavby	rozplavby	rozplavby
50 P ž	200M m	50 Z ž	50 VZ ž	50 VZ m
50 M m	400 VZ ž	50 P m	50 Z m	50 M ž
400 PZ ž	100 VZ m	200 VZ ž	100 Z ž	400 PZ m
400 VZ m	200 P ž	200 Z m	200 VZ m	4x200 VZ ž
200 M ž	200 PZ m	100 M ž	200PZ ž	4x100 PZ m
100 Z m	4x100 VZ ž	4x200 VZ m	100M m	
100 VZ ž	1500 VZ m	1500 VZ ž	100 P ž	
200 P m			100 P m	
200 Z ž			4x100 PZ ž	
4x100 VZ m			800 VZ m	
800 VZ ž				
Semifinále a finále	Semifinále a finále	Semifinále a finále	Semifinále a finále	Semifinále a finále
50P ž	100Z m	50 P m	50 VZ m	50 VZ m
50 M m	400 VZ ž	50 Z ž	50 Z m	50M ž
400PZ ž	200 M m	200 M m	100 Z ž	400 PZ m
200 P m	200 M ž	200 VZ ž	100 M m	100 Z ž
200 M ž	200 PZ m	200 Z m	200 VZ ž	100 P m
400 VZ m	100 VZ ž	200 P ž	200 VZ m	100 P ž
100VZ ž	200 P m	100 VZ m	100 P ž	200 VZ m
100 Z m	200 Z ž	100 M ž	200 Z m	200 PZ ž
200 Z ž	100 VZ m	200 PZ m	200 PZ ž	100 M m
50 M m	200 P ž	50 Z ž	100 P m	50 M ž
50P ž	1500 VZ m	50 P m	100 M ž	50 VZ m
800 VZ ž	4x100 VZ ž	1500 VZ ž	800 VZ m	4x200 VZ ž
4x100 VZ m		4x200 VZ m	50 VZ ž	4x100 PZ m
			50 Z m	
			4x100 PZ ž	

Poznámka: Disciplíny **800 VZ** a **1500 VZ** se plavou přímo na čas (nejrychlejší finálová rozplavba se plave v odpoledním programu)

III. 1. c) Nominační období

11. 3. – 24. 6. 2012

- Neuznávají se výsledky zaplavané v mezích (kromě prvního úseku štafety), dále časy neměřené elektronickou časomírou a samostatné pokusy.
- Limity musí být zaplavané na 50 m bazénu.
- V případě, že splní v nominačním období v jedné disciplíně příslušný limit více závodníků, na MEJ budou zařazeni první **čtyři** podle procentuálního překročení limitu. Při obsazování doplňkových disciplín je rozhodující tabulkové pořadí (výkony zaplavané od 11. 3. 2012 do dne nominace). Konečné slovo při návrhu nominace má reprezentační trenér.
- Štafeta může být nominována na základě návrhu reprezentačního trenéra z nominovaných závodníků, případně 1 navíc.

III. 1. d) Nominace doprovodu

- reprezentační trenér juniorů (jako vedoucí výpravy)
- 1 trenér závodníka s nejvyšším procentuálním překročením limitu
- ostatní trenéři se mohou zúčastnit na vlastní náklady s tím, že ČSPS zajistí jejich akreditaci na soutěž
- masér

IV. SPOLEČNÉ AKCE REPREZENTAČNÍHO DRUŽSTVA

IV. 1. Soustředění

16. 9. - 25. 9. 2011	Nymburk – starší junioři (všichni)
25. 9. – 2. 10. 2011	Nymburk – mladší junioři (všichni)
8. 1. – 14. 1. 2012	Špindlerův Mlýn – kondiční soustředění – starší junioři (výběr 26 juniorů podle bodového výkonu na ZMČR)
17. 2. – 26. 2. 2012	Brno – starší junioři (všichni) + výběr mladších (podle bodového výkonu na ZMČR)
30. 4. – 9. 5. 2012	Čučuligovo - Bulharsko / Plzeň – příprava juniorského výběru s výhledem k MEJ – v zahraničí jen podle finančních možností ČSPS a se spoluúčastí
10. 5. – 11. 5. 2012	Ostrava - sraz před M3U, nominovaní (junioři 96 - 97, juniorky 98 - 99)
25. 6. – 1. 7. 2012	Strakonice - závěrečné soustředění před MEJ (nominovaní)

Spoluúčast na přípravných soustředěních v ČR je 200,- Kč / den. Závěrečné soustředění před MEJ je bez spoluúčasti. **Reprezentanti se povinně zúčastňují soustředění SCM I. Čechy nebo Morava** (reprezentanti – členové RSC se zúčastňují soustředění SCM na vlastní náklady nebo náklady RSC)

IV. 2. Soutěže

- povinné - Mistrovství ČR příslušné věkové kategorie
- povinné – dvě kola ČP (25m + 50m), ostatní kola ČP doporučně
- **9. – 11. 12. 2011** Multiutkání juniorů střeoevropských států – Miskolc – HUN
junioři 95 – 96, juniorky 97 - 98 (nominace podle aktuální výkonnosti)
- **27. – 29. 1. 2012** 14th Euro Meet – Luxembourg – LUX
(nominace podle bodového výkonu na ZMČR)
- **00. – 00. 2. 2012** Coppa Carnevale – Viareggio – ITA (mladší junioři)
(nominace podle bodového výkonu na ZMČR)
- **00. – 00. 3. 2012** ISM 2012 – Berlin – GER
- **31. 3. – 1. 4. 2012** Multiutkání starších juniorů – Lisabon – POR
(nominace podle aktuální výkonnosti)
- **12. - 13. 5. 2012** Multiutkání mladších juniorů (POL – SVK – CZE) – Gliwice – POL
(nominace podle aktuální výkonnosti a podle požadavků M3U)
- **19. – 20. 5. 2012** MZ Lublaň - SLO
- nebo **25. – 27. 5. 2012** VC Slovenska – SVK nebo **8. – 9. 6. 2012** Graz Int. Meet - AUT
(nominace podle aktuální výkonnosti s výhledem k MEJ)

V. LÉKAŘSKÁ PÉČE

Všichni juniorští reprezentanti mají za povinnost minimálně 1x ročně (nejpozději do 11. 3. 2012) absolvovat celkové **vyšetření a zátěžové testy u sportovního lékaře** (na kterémkoliv pracovišti sportovního lékařství v ČR).

Rozsah vyšetření: anamnéza (předchorobí), antropometrické vyšetření (tělesná výška, hmotnost, množství tělesného tuku, BMI, u dětí a mládeže posouzení stupně vývoje), klinické vyšetření včetně srdeční frekvence, krevního tlaku, laboratorního rozboru krve a moče, klidového EKG a zátěžového testu na bicyklovém ergometru (W max, W max/kg, VO2 max, VC plic, FEV1, FEV, TK, P, zátěžové EKG).

Kopii Záznamu o výsledku vyšetření zašle reprezentant neprodleně lékaři reprezentace Jiřímu Balášovi. ČSPS uhradí náklady na toto vyšetření u reprezentantů skupiny A, ostatní reprezentanti si hradí náklady sami.

V případě zranění nebo nemoci s následkem delšího tréninkového výpadku (dlouhodobá nemoc, operace apod.) zašle juniorský reprezentant kopie lékařské zprávy na adresu lékaře reprezentace Jiřího Baláše a reprezentačního trenéra juniorů Borise Neuwirta.

VI. VYBAVENÍ

Základní vybavení reprezentanta ČR juniorů:

tréninkové plavky	-	1x
tričko	-	2x
čepička plavecká	-	2x
brýle plavecké	-	1x

Další vybavení reprezentanta ČR juniorů – skupina A:

tréninkové plavky	-	1x
ručník	-	1x
pantofle	-	1x

Vybavení reprezentanta ČR juniorů pro MEJ:

závodní plavky	-	1x
tepláková souprava	-	1x (dva roky)
pantofle	-	1x
ručník	-	1x
taška	-	1x (dva roky)
batoh	-	1x (dva roky)

Závodníci, kteří se kvalifikují na MEJ, obdrží další trička s logem CZE. Závodníci, kteří budou nominováni na multiutkární, obdrží reprezentační tričko a bude jim zapůjčena reprezentační souprava. **Případné další vybavení obdrží závodníci dle sponzorských smluv a ekonomických možností svazu.**

VII. PRÁVA A POVINNOSTI REPREZENTANTA

Jsou uvedeny v reprezentační smlouvě, kterou závodníci podepíší při jmenování do reprezentačního družstva na úvodním soustředění RDJ v září 2011. Smlouva bude připravena ve 3 vyhotoveních (reprezentant – reprezentantka, ČSPS, trenér - trenérka).

VIII. POVINNOSTI ČSPS

- 1) zajistit informovanost oddílu (klubu), resortního sportovního centra a školy o zařazení sportovce do reprezentačního družstva ČR, včas informovat tyto organizace o vysílání reprezentanta na výcvikové tábory a sportovní soutěže
- 2) zajistit informovanost reprezentantů a jejich trenérů o projektu přípravy, plánu soustředění, kontrolních srazů a závodů a o jejich změnách
- 3) zajistit a předat členům reprezentačního družstva a realizačního týmu materiální vybavení dle schváleného seznamu, jenž je součástí tohoto projektu
- 4) na základě návrhu reprezentačního trenéra schvalovat jmenovité nominace na vrcholné mezinárodní soutěže
- 5) organizačně (doprava, ubytování) a ekonomicky zabezpečit vyslání reprezentanta na MSJ, MEJ příp. další závody dle plánu přípravy. V případě nesplnění výkonnosti na soutěži může ČSPS požadovat finanční spoluúčast oddílu (klubu), resortního sportovního centra nebo reprezentanta.
- 6) zajistit pojištění při reprezentačních výjezdech do zahraničí
- 7) zajišťovat veškeré další úkoly z tohoto projektu, které jsou povinností ČSPS
- 8) výše financování všech akcí závisí na ekonomických možnostech ČSPS, zejména na rozhodnutí MŠMT o dotaci na sportovní reprezentaci

Přílohy: č. 1 - Výkonnostní kritéria pro zařazení do reprezentačního družstva juniorů
č. 2 - Seznam juniorských reprezentantů pro sezónu 2011 - 12

Ostrava, 2011-09-02

Mgr. Boris Neuwirt, Markova 2943/26, Ostrava - Jih 5
mobil: +420605106792
e-mail: n.boris@seznam.cz