

Hodnocení 6. ST plavání červen 2018

➤ **Tréninkové údaje za červen:**

počet tréninkových jednotek (dále jen TJ) – **24** (+5 suchá příprava)

naplaváno cca **57,3 km**

tréninková docházka skupiny: 92 %

➤ **Závody:**

- 8. – 9. 5. OPŽ - Karviná - velmi pěkné OR (M. Stašová, A. Keclíková, D. Řeha, R. Šmahajčík a L. Šeděnka)
na MČR se kvalifikovali: M. Semera, J. J. Krischke, D. Jandová, A. Pospíšilová
- **30. 6.– 1. 7. MČR – Kopřivnice (2006)**
Nejúspěšnějším žákem LMČR 12 letého žactva v Kopřivnici se stal **Jakub Jan Krischke**, který svých šest individuálních startů přetavil do 5 zlatých a 1 stříbrné medaile. Na toto mistrovství se kvalifikovaly ještě dalších 2 plavkyně 6. ST – **D. Jandová, A. Pospíšilová**. Také ony předvedly velmi kvalitní výkony, když se umístily ve svých hlavních disciplínách v první půlce startovního pole.
- **30. 6.– 1. 7. MČR – Plzeň (2006)**
Na LMČR 13 letého žactva v Plzni velmi úspěšně reprezentoval KPS Ostrava, žák 6. ST **Milan Semera**. Také on se dokázal prosadit na stupně vítězů, kdy se stal, se ziskem 1 stříbrné a 1 bronzové medaile nejúspěšnějším členem ostravské výpravy.

Všem účastníkům LMČR a hlavně medailistům J. J. Krischkemu a M. Semerovi gratulujeme k velmi úspěšné reprezentaci KPS Ostrava!!!!

Za červen se plavcem měsíce stali oba medailisté LMČR – **M. Semera aj. J. Krischke**

➤ **Tréninkové údaje za 2017/2018:**

počet tréninkových jednotek (voda) – **220 TJ**

počet tréninkových jednotek (sucho) - **44 TJ**

naplaváno - **489,5 km**

Ø km/TJ – **2,2 km**

nejsou zde započítány TJ a km nad rámec obecné docházky!!!