

Hodnocení 8. ST plavání leden 2020

➤ Tréninkové údaje za leden:

počet tréninkových jednotek (dále jen TJ) – 28

naplaváno cca 106,4 km

➤ Hodnocení VT Filipovice

- Ve dnech 4. – 10. 1. proběhlo zimní soustředění ve Filipovicích, i přes horší sněhové podmínky se soustředění povedlo a děti si užili spousty zábavy ať už při sjezdovém lyžování, na běžkách či večerní taneční zábavě. Jediným negativem této akce byla skutečnost, že si v následujícím období valná většina účastníků prošla větším, či menším obdobím nemoci!!!

➤ Závody:

25. 1. – 1. kolo družstev – Nový Jičín (J. J. Krischke, M. Semera, D. Jandová, E. Zítková) – přestože se jednalo o 1 závod sezony, plavci dosáhli velmi pěkných výsledků, někteří si dokonce vytvořili OR!!! Gratulujeme!!!

➤ V únoru máme v plánu:

- 22. – 23. 2. – SF družstev – Zlín – nominovaní – trenér L. Kohut, J. Krischke!!!
- V tréninkovém procesu absolvujeme Test vytrvalosti 1500 VZ

➤ Tréninky v době jarních prázdnin

- Ve dnech 10. – 14. 2. jsme zajistili tréninky na KB Sareza
- Tréninky budou probíhat vždy od 9:00 – 11:00 hod
- Spojení tréninkových skupin pod vedením trenéra Paly

V tomto měsíci jsem nezvolil plavce měsíce z důvodu velmi nízkého počtu absolvovaných tréninků – VT Filipovice, vysoká absence za příčiny nemoci!!!

