

Vážení rodiče,

měsíc říjen se nesl ve znamení snahy o naplávání co možná nejvyššího počtu kilometrů. Od 7. do 13. října se většina plavců zúčastnila soustředění v Liptovské Osadě. Plavci byli rozděleni do tří skupin, skupiny nejrychlejších trénovala pod vedením trenérky Formánkové, ostatní plavci z 9. a 7. třídy pod mým vedením. Plánované cíle soustředění byly naplněny, má skupiny naplavala bezmála 50km. Ubytování bylo na slušné úrovni, se stravou se vyskytly problémy, které se týkaly převážně chuti a pestrosti podávaných jídel. Na Jaře 2018 plánujeme soustředění ve stejné lokalitě s tím, že úroveň stravování zvýšíme. Tréninkové podmínky byly vynikající – bazén na špičkové úrovni, na suchou přípravu, pod vedením Adama Kolka jsme měli k dispozici školní tělocvičnu a hřiště, které jsme maximálně využili.

V druhé polovině měsíce se většina plavců zúčastnila Meziokresního přeboru v Kopřivnici, kde podali mnozí své nejlepší výkony v tomto roce, a předpokládám, že se většina úspěšně kvalifikuje na Krajské přebory v listopadu. Někteří se nezúčastnili z důvodu vypršení platnosti zdravotní prohlídky – tímto Vás žádám, abyste roční platnost hlídali a včas děti objednávali na obnovení potvrzení.

Druhá část plavců neodcestovala do Kopřivnice, ale zúčastnila se prestižní Velké ceny Prostějova. Tyto závody nebyly dokončeny. V průběhu odpoledního rozplavání zranila prasklá žárovka a krycí sklo několik plavkyň. Bohužel ze tří zraněných se jednalo o dvě děvčata ze 7. třídy. Veronika Holaníková si rozřízla nohy a brzy se do tréninkového procesu vrátila. Zranění druhé zúčastněné Moniky Havránkové bylo podstatně závažnější. V současné době netrénuje a já jí tímto přeji brzké uzdravení a slibuji maximální podporu ve snaze vrátit se zpět.

Poslední týden v měsíci jsme s kolegyní Petrou připravili pro družstvo 8. a 9. ST vytrvalostní týden, k čemuž jsme využili o dva prázdninové dny, 7. ST absolvovala pouze 3 dny tréninku, čtvrteční a páteční ranní prázdninový trénink byl dobrovolný.

V příštím měsíci absolvují všichni plavci, mimo dorostenců, Krajské přebory, pro mnohé to bude vrchol zimní sezóny, ti nejlepší mají možnost se kvalifikovat na Mistrovství republiky.

S pozdravem Jan Pala