

## **Hodnocení – Prosinec 2017**

### **8. ST**

V prosinci jsme se těšili na nejdůležitější závod zimní sezóny a to na Mistrovství ČR 13 letého a 14 letého žactva. Do Prostějova odjel ročník 2003, zde Šimon Křístek zaplavoval výborně 100 a 200 VZ, velké osobní rekordy a ještě lepší umístění. V Trutnově bojovali 2004 v ostravské sestavě Marek Gavenda, David Slavík, Sebastián Bartoš a Michael Janda. Tato čtveřice si vyplavala 3. místo na kraulové štafetě. David Slavík k tomu přidal 3. místo na 200 VZ. Marek Gavenda a Sebastián Bartoš si na všechny disciplíny udělali osobní rekordy a Marek se na vše umístil do desátého místa, což je velký úspěch. Samozřejmě zde byli i méně vydařené starty, ale to nás nadále motivuje do ještě tvrdší práce. Po MČR jsme se snažili udržet počet tréninků a naplavaných kilometrů. Víkend před Vánocemi jsme spolu s kondičním trenérem Adamem Kolkem připravili pro děti teambuildingovou akci. Vše se se konalo na horské chatě Partyzán a vše se povedlo nad očekávání.

Zimní sezóna měla spoustu soustředění, závodů a akcí. Moc děkuji za super práci dětem, rodičům a kolegům. Krásné Vánoce a těším se na novou letní sezónu.

Celkově hodnotím prosinec známkou 2

Celkem naplaváno: 41 km

TJ voda: 16

TJ kondiční trénink: 3 hodin

Trenérka Petra Formánková.