

Vyhodnotenie MSJ 2016 Bydgoszcz /POL/

Michaela Pešková AŠK Slávia Trnava Tréner: Eduard Čordáš tréner objaviteľ: Oľga Hajmassyová							
Disciplína	Nominačný výkon	Splnený limit	Výkon na MS	Počet pretekárov na MS v disciplíne	Umiestnenie v kvalifikácii	Umiestnenie vo finále	Celkové umiestnenie
400mprek.	58, 58	A	59,03 / 58,07 / 58,17	44.	4. / 3.	5.	5.

Priebeh pretekov, hodnotenie /tréner Čordáš/: Pretekárka nastupovala do súťaže s 15. časom v poli vyše 40 pretekárov. Konečným umiestnením prekonala teda očakávania a dosiahla doteraz svoj najväčší úspech na vrcholnom podujatí . V rozbehu / 59, 03 / dobehla s prehľadom na štvrté – postupové miesto a evidentne ušetrila sily pre ďalšie behy, čo sa nakoniec ukázalo ako rozhodujúce pre konečný úspech . V medzibehu / 58,08 / si počínala skúsene a hoci z nevýhodnej 9. dráhy dobehla na 3. mieste, z ktorého sa prvým časom kvalifikovala do finále . Do finále nastupovala s vedomím, že v silnej konkurencii nemá čo stratiť – prejavilo sa to aj na jej psychickej pohode pred štartom. Z výhodnej 3. dráhy začala síce pomalšie , ale veľkou bojovnosťou v závere sa dokázala prebojovať zo siedmej na konečnú 5. priečku.

Klady : - na rozdiel od minuloročného MEJ bola schopná podať v troch dňoch za sebou potrebný výkon a dokonca ho aj smerom k finále vystupňovať. Dokázala na vrcholnom podujatí poraziť pretekárky s výrazne lepším os. Rekordom. Dokázala sa mentálne vyrovnáť s následkami zranenia členka mesiac / 19.6./ pred prvým štartom na MSJ. Vo všetkých troch štartoch podala bojovný a pritom taktický výkon. Nedostatky pred rozbehom sa prejavili náznaky zlého predštartového stavu, známeho z minulosti s výsledkami a postupom sa však už neopakovali. V rozhodujúcich momentoch SMF a F urobila malú rytmickú chybu, ktorá ju stála čas pod hranicu 58 sek. a tým aj osobného maxima.

Celkove : Svojim úspešným vystúpením na MSJ sa rozlúčila s účinkovaním v mládežníckych kategóriách. Prezentovala sa ako skúsená pretekárka s perspektívou ďalšieho výkonnostného rastu.

Matúš Meluš ŠK ŠOG NITRA Tréner: Martin Illéš / Jaroslav Broďáni tréner objaviteľ: Peter Žňava							
Disciplína	Nominačný výkon	Splnený limit	Výkon na MS	Počet pretekárov na MS v disciplíne	Umiestnenie v kvalifikácii	Umiestnenie vo finále	Celkové umiestnenie
110m prek.	13,91	B	14,50	62.	52.	-	52.

Priebeh a hodnotenie športovej prípravy /tréneri Broďáni a Illéš/: Debutant na podujatí juniorskej kategórie obsadil celkové 52. miesto výkonom 14,50 s. Cieľom na MSJ bolo opätovné potvrdenie nominačného kritéria 14,20 s, resp. priblíženie sa k sezónnemu maximu. Športová príprava prebehla bez zranení. Osobný prístup k tréningovému procesu v mesiaci jún bol výrazne ovplyvnený školskými povinnosťami. Po absolvovaní 3 dňového sústredenia v Šamoríne sa psychická pohoda a športová výkonnosť stabilizovala. Športovec začal dosahovať zlepšenie v parametroch šprintárskej akceleračnej rýchlosti, maximálne rýchlosti a vytrvalosti v rýchlosti. Prejavilo sa to v celkovej špeciálnej prekážkarskej vytrvalosti (TJ: 110 m prek. s 11. prekážkami za 13,80 – 13,90 s). Ako hlavné negatívum vidíme abnormálne zlepšenie akcelerácie na prvú prekážku (pod 2,4 s), ktoré sa prejavovalo v zhoršení schopnosti získania rytmu v prvej rytmickej jednotke.

Zhodnotenie a priebeh kvalifikácie: Športový výkon bol ovplyvnený porušením dohodnutej taktiky pri behu s pretekármi s vyššou športovou výkonnosťou. M.M. hneď po štarte (0,199) držal krok so súpermi. Za prvou prekážkou zašľapoval medzi prvými. Príliš vysoká rýchlosť v 1RJ spôsobila podbehtutie druhej prekážky, zníženie prekážkovej rýchlosti, straty požadovaného rytmu a následnej v zhoršenom čase. Uvádzaný protivietor -0,8 m/s by nemal žiadny vplyv na športový výkon.

Plán na rok 2017: Účasť na MEJ v roku 2017 bola predbežne potvrdená už v roku 2016. S potvrdením limitu 14,50 s by nemal byť problém pri optimálnych tréningových a školských podmienkach (výkony v roku 2016: 13,91; 14,06; 14,13; 14,19; 14,36).

Patricia Slošárová Dukla Banská Bystrica Tréner: Jozef Párička tréner objaviteľ: Ľudovít Ivolka							
Disciplína	Nominačný výkon	Splnený limit	Výkon na MS	Počet pretekárov na MS v disciplíne	Umiestnenie v kvalifikácii	Umiestnenie vo finále	Celkové umiestnenie

Vyhodnotenie MSJ 2016 Bydgoszcz /POL/

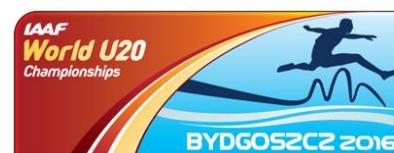
guľa	14,93	A	13,65	27.	22.	--	22.
------	-------	---	-------	-----	-----	----	-----

Priebeh pretekov, hodnotenie /tréner Párička/: S výkonom ani umiestnením Patrícia na MS do 19 rokov niesom spokojný. Nieže by som vyslovene čakal finálové umiestnenie, predsa len je prvým rokom juniorka a adekvátnu prípravu sme začali až v polovici februára, nakoľko v decembri absolvovala ľahšiu operáciu ramena. Tiež som očakával, že na postup do finále bude treba vrhnúť cez 15 metrov (Limit do finále bol 15,50m). Jej osobné maximum je 14,93m a druhý najlepší pretekový štart mal hodnotu 14,24m. Ale po kvalifikácii svietil na 12.mieste údaj 14,65m, na ktorý Patrícia mala, keďže výkon 14,93m vrhla na posledných pretekoch a aj posledný tréning nebolo problémom vrhať viac za 14m. Bohužiaľ jej sa podarilo vrhnúť len podpriemerných 13,65m čo hodnotím, ako slabé. Neboli to však najslabšie preteky, ktoré v tomto roku absolvovala a tak verím, že si z tohto roka vezme viac ponaučení, hlavne v práci na tréningoch a že budúci rok bude môcť predviesť podstatne kvalitnejší výkon, na ktorý ona má! A tým by mohla siahať aj na finálovú osmičku na ME do 19rokov. Ako chybu na tomto podujatí by som hodnotil celkový prejav Patrície, v ktorom pôsobila v kruhu veľmi opatrne až ustráchano bez nejakej sebadôvery a v technike nevyužívala práve potrebné nohy ale len vršok, ktorý tiež v koncovke strácal na ťahu do gule a odvrh bol uponáhľaný.

Dominik Černý VŠC Dukla Banská Bystrica Tréner: Roman Benčík tréner objaviteľ: Soňa Vallášová							
<i>Disciplína</i>	<i>Nominačný výkon</i>	<i>Splnený limit</i>	<i>Výkon na MS</i>	<i>Počet pretekárov na MS v disciplíne</i>	<i>Umiestnenie na MS</i>	<i>Celkové umiestnenie</i>	<i>Poz.</i>
Chôdza 10.000m	42:07	A	43:39,92	41.	27.	27.	-

Priebeh pretekov, hodnotenie /tréneri Juraj Benčík a Roman Benčík/: nastupoval na štart pretekov v chôdzi na 10km v poli 40 pretekárov so svojim osobným rekordom 42:07 min. ako 15-ty v poradí zo zúčastnených. Očakávané ambície boli dosiahnuť na MS umiestnenie medzi 10 – 15 miestom. Toto očakávanie nenaplnil, keď prišiel do cieľa 27- my s odstupom 1:32 min. za svojim osobným rekordom v čase 43:39,92 min. Pretekára na MS doprevádzal zastupujúci tréner Juraj Benčík. Po štarte prvých 3 km sa v poli Dominik orientoval dobre. Na tejto méte bol 12-ty vo veľkej vedúcej skupine. Na 4km začali vedúci pretekári zrýchľovať, načo síce Dominik zareagoval tiež zrýchlením, nie však dostatočným a začal sa v poradí prepadávať. Na 4km bol 17-ty, na 5km 20-ty. A čo bolo horšie už nedokázal udržať ani rýchlosť, spomalil a predchádzali ho ďalší pretekári, až prišiel do cieľa na 27 mieste. Jeho vystúpenie na MS hodnotím ako neúspešné, ako sklamanie. On ho sebakriticky ohodnotil obdobne, slovami, že to nebolo dobré. Ako dôvod slabého výkonu uvádza, že sa mu zle dýchalo: „ako by som mal hada okolo hrudníka“. Dominik prvý raz šiel dlho celú prípravu bez výpadku. Jeho forma vygradovala na pretekoch v máji v Ríme a júny v Šamoríne a potom, už jeho organizmus nebol schopný dostať sa opäť do výnimočnej výkonnosti. Na tréningu síce plán plnil ale už s väčším nasadením ako v apríli či máji. Výsledkom väčšieho úsilia bolo aj menšie zranenie z preslenia dva týždne pred štartom. V pretekoch urobil taktickú chybu, keď začal zrýchľovať s ostatnými na čo nemal čo potvrdilo neskôr jeho spomaľovanie.

Prehľad vystúpení slovenských pretekárov na MSJ v Bydgoszcz POL



Majstrovstvá Európy juniorov 19.-24.7.2016 – Bydgoszcz – Poľsko

por.	Priezvisko - meno	disciplína	kvalifikácia	semifinále	Finále	umiestnenie
1.	Pešková Michaela	400 m prek.	59,03	58,07	58,17	5.
2.	Slošárová Patrícia	guľa	13,65			22.
3.	Černý Dominik	10 000 m chôdza		43:39,92		27.
4.	Meluš Matúš	110mprek.	14,50			52.

Vyhodnotenie MSJ 2016 Bydgoszcz /POL/

Celkové zhodnotenie MSJ

Na ME sme mali štyroch pretekárov. Traja z nich boli s „A“ limitom a jeden s „B“ limitom. Na podujatie sme cestovali s ambíciou obsadiť dve miesta v prvej 16ke. Jedno z nich do 12 miesta. Traja pretekári sa nedokázala priblížiť k svojim nominačným výkonom a ani k svojim štandardným výkonom. Ak by podali svoj štandardný výkon na úrovni svojho osobného maxima možno aj o niečo nižšie tento výkon by znamenal postup do ďalších bojov. U Matúša Meluša stačil na postup do semifinále výkon 14,12 /tento rok bežal 2x lepšie/ u Slošárovej znamenal výkon na úrovni 14,65 finále pričom Patrícia má tohtoročné maximum 14,93. V prípade Černého by zopakovanie jeho osobného rekordu znamenalo umiestnenie v prvej 15ke v celkovom štartovom poli.

Jedine komu sa to podarilo bola Michaela Pešková, ktorá vstupovala do súťaží 15. najlepším výkonom. Cez rozbehy prešla ľahko s výrazným pošetrením síl. Na druhý deň absolvovala semifinále do ktorého už dala všetko a potešujúci bol fakt že to stačilo na postup do finále. Tam už každé miesto bolo nadplán. Michaela aj vo finále zabojovala a obsadila celkové 5.miesto kde skončila ako druhá Európanka.

Zo zúčastnených pretekárov sú dvaja ročník 97/ Pešková, Černý/ a ďalší dvaja /Meluš, Slošárová/ v tejto vekovej kategórii zostávajú ešte rok a mali by byť nosným pilierom budúcoročnej reprezentácii na MEJ.

Samotné MSJ boli zorganizované veľmi dobre aj napriek tomu, že sa domáci organizátor začal s podujatím zaoberať až koncom roka 2015 z dôvodu odobratie všetkých podujatí Ruskej federácii.

Zúčastnení tréneri: Čordáš, Páříčka/Benčík, Broďáni (mimo výpravy).

Podakovanie patrí všetkým trénerom, zúčastneným trénerom, sekretariátu SAZ, fyzioterapeutovi Andrejovi Foltýnovi, ktorý odviedol dobrú prácu a hlavne v prípade Michaely Peškovej, ktorej zabezpečil patričný servis pri jej postupoch do ďalších kôl jej disciplíny.

V Nitre 28. júla 2016

Reprezentačný tréner juniorov PaedDr. Martin Illéš