

Vyhodnotenie medzištátneho stretnutia žiačok a žiakov v atletike Česko - Maďarsko - Slovensko- Slovinsko - Chorvátsko, konané 27 . septembra 2014 v Maribore/Slovinsko/

Dva týždne po Majstrovstvách SR v atletike žiactva konaných 13 – 14. septembra 2014 v Nových Zámkoch naši najlepší žiaci a žiačky v päťstretnutí v Maribore si porovnali sily so svojimi rovesníkmi z Českej republiky, Maďarska, Chorvátska a domácim výberom zo Slovinska. Nominačné kritériá boli náročné - len prví dvaja v disciplíne na M SR mali možnosť obliecť si reprezentačný dres. Najlepšie pripravení pretekári si okrem medailí a diplomov odnášali i nominačné listy, ktoré im potvrdzoval, že sa svojimi výkonmi predvedenými na MSR zaradili medzi slovenskú reprezentáciu. Boli to poväčšine tí, ktorí dva mesiace prázdnin využili na prípravu pre toto vrcholné podujatie sezóny v tejto vekovej kategórii.

Jediné individuálne víťazstvo pre slovenské farby vybojovala Sára Polyaková (Slávia UK Bratislava), ktorá bola najlepšia v behu na 300 m časom 40,27 sekundy. Zverenka trénera Rudolfa Madu zaostala za vlastným slovenským rekordom iba o 8 stotín sekundy.

Slovenské nádeje si vybojovali dovedna 7 medailových umiestení (2 chlapci, 4 dievčatá, 1 v miešanej štafete) a tri štvrté priečky.

Ďalšie medailové umiestenia:

Chlapci - guľa: 2. Adrián Baran 17,27, výška: 3. Dávid Alštok 186.

Dievčatá - 300 m: 1. Sára Polyaková 40,27, 3. Emma Zapletalová 40,53, 3000 m chôdza: 2. Emma Hačundová 14:47,86, 4 x 100 m: 2. Slovensko (Zapletalová, Močáriová, Polyaková, Šimlovičová) 48,46.

Zmiešaná štafeta 4 x 300 m: 2. Slovensko (Rigász, Zapletalová, Koreň, Polyaková) 2:36,99.

Štatistika MeS v kocke

Bodový zisk chlapcov a dievčat po jednotlivých disciplínach

Chlapci	Disciplína	Dievčatá
9	100	11
7	300	19
5	1000/600	10
5	3000/2000	5
5	100prek	4
7	300prek	12
11	Výška	4
5	Diaľka	5
4	Žrd'	5
10	Guľa	4
3	Oštep	7
11	Disk	3
6	Kladivo	3
11	3 000 chôdza	15

2	4x100	4
4	4x 300	
101	Body spolu	111

Na reprezentácií Slovenska v 34 dievčenských a 34 chlapčenských štartoch sa podieľali jednotlivé kluby SAZ-u nasledovne:

	Klub	žiaci	žiačky	Spolu
1	AK Spartak Dubnica nad Váhom	3	8	11
2	Olympia Považská Bystrica	2	3	5
3	AC Stavbár Nitra	3	1	4
4	ŠK ŠOG Nitra		3	3
5	AO Slávia UK Bratislava		3	3
6	AFK Nové Mesto nad Váhom	1	2	3
8	ŠKP Žilina	3		3
9	ŠK Comenium pri IV Michalovce	3		3
10	ŠŠK J.A.Komenského Bardejov 1	3		3
11	Miestny ŠK Borský Mikuláš		2	2
12	AK Slávia TU Košice		2	2
13	Lokomotíva Šurany		2	2
14	Inter Bratislava		2	2
15	TJ Orava Dolný Kubín		2	2
16	Maratón AC Rača	1	1	2
17	Slávia ŠG Trenčín	1	1	2
18	MŠK Vranov nad Topľou	2		2
19	AK AŠK Slávia Trnava	2		2
20	AK Danica Zvolen	2		2

21	AC Liptovský Mikuláš		1	1
22	Atletika ŠK Skalica		1	1
23	AC Malacky	1		1
24	Akademik TU Košice	1		1
25	TJ Tatran Spišská Nová Ves	1		1
26	VŠC Dukla Banská Bystrica	1		1
27	MAC REDOX Lučenec	1		1
28	AK Junior Holíč	1		1
29	AC Humenné	1		1
30	KLŠ Kryha Bratislava	1		1

Celkové výsledky MeS :

Žiaci: 1. HUN 211 b., 2. ČR 199 b., 3.SLO 146 b., 4. CHOR 142 b., 5. SVK 101b.

Žiačky: 1. HUN 214 b., 2. ČR 208 b., 3 SLO148 b., 4. CHOR 118 b., 5. SVK 111 b.

Žiaci+žiačky: 1. HUN 428 b., 2. ČR 413 b., 3.SLO 294 b., 4. CHOR 262 b., 5. SVK 216b.

Na zabezpečení pretekárov sa podieľali viacerí tréneri. Niektoré trénerské postrehy z diania na disciplínach tak, ako ich videli jednotliví tréneri:

Chlapci:

100m: Lánik Matej - 3. miesto v rozbehu, 11,57 – OR, teda spokojnosť. Zlepšuje sa od pretekov ku pretekom. Ľuboš Komárek - 5. miesto v rozbehu, priblíženie k OR (11,51). Dosiahnutý čas 11,56. Snaha bola. Možno v závere mal zabojsovať.

300m: Koreň Lukáš – Nový OR. Rýchly začiatok, chýbali sily v závere. Rigász Simon – Posunutý OR. Rýchly začiatok, stvrdol v závere. V porovnaní s minulým rokom kvalitný výkon.

1000m: Havaš Simon – medzičasy po 200m 34,40, 33,81. Zaostal za osobným rekordom. Výkon ovplyvnený chorobou po MSR v Nových Zámkoch.. Pochvala za bojovnosť.

Vávra Viliam – zaostal za OR. Podal výkon, na ktorý momentálne mal. Obaja bojovali. Umiestnili sa podľa tabuľkových predpokladov.

3000m: Duška Richard – Prvýkrát súťažil v disciplíne 3000m. Preteky absolvoval na hranici svojho maxima. Za bojovnosť si zaslúži pochvalu.

Bugoš Filip – Absolvoval debut na medzištátnych pretekoch, ako aj v disciplíne 3000m. Po „prepálenom“ začiatku bojoval hlavne sám so sebou. Premiéru hodnotím pozitívne nakoľko na MSR žiakov bežal polovičnú trať.

3000m chôdza: Detko Ľubomír - Po prepálenom prvom kilometri, musel bojovať sám so sebou. Ale dokázal, že je veľký bojovník. Priblížil sa k osobnému maximu. Je perspektívny pretekár. Kubiš Ľubomír – Vekom ešte mladší žiak sa vôbec nestratil v štartovnom poli. Po prepálenom začiatku sa postupne z toho dostal a vytvoril si OR. Vzhľadom na vek veľmi perspektívny pretekár.

100m prek. Diószeghy Alexander – Výkon 14,31s – osobný rekord, 7. miesto. Napriek tomu že po technickej stránke to nebolo úplne dobre (zakopol o druhú prekážku) dosiahol výkon, ktorý znamená osobný rekord.

Herstek Marek – Perspektívny pretekár, ešte má rezervy v technike a vo všestrannej príprave, vzhľadom na to, že je ročník 2000 tak do budúcnosti očakávam ako osobný tréner od neho, že sa bude zlepšovať a reprezentovať Slovensko na medzinárodných podujatiach.

300m prek. : 6. Jankov František – podal vynikajúci výkon, rytmicky vyrovnaný tesne zaostal za OR. 9. Bisaha Daniel, po chorobe mimo formy, podal bojovný výkon.

Výška : Alštok Dávid – Potvrdil stabilizáciu výkonov na úrovni 186cm. Pri zlepšení rozbehovej fázy, posledných 4-och krokov zvládne bezproblémovo vyššie výšky. Umiestnenie i prístup počas celej súťaže hodnotím veľmi kladne.

Megela Patrik – Výkonom 175 cm zaostal za OR o 8 cm. Rozcvička a rozoskakovanie veľmi dobre. Už 165 cm zdolal na 2. pokus, čo možno hodnotiť ako tlak veľkého podujatia. Vzhľadom na fakt, že výške sa venuje iba 1 rok hodnotím jeho vystúpenie ako dobré.

Diaľka: Benda Jakub v skoku do diaľky pôsobil dobrým dojmom, možno trošku unavený. Druhý krát sa dostal cez 6 metrov. Perspektíva do budúcnosti.

Komárek Ľuboš – Skákal na úrovni osobného rekordu. Po stovke veľmi dobre rozbehnuté, ale v rozbehu sa trápil, keby to bolo uvoľnenejšie mohlo to byť ďalej.

Žrd: Beláň Marek – v súťaži si vyrovnal svoje osobné maximum. Na to aké ma podmienky na skok o žrdi (nedostatok špeciálnych žrdkárskeho tréningov) môžeme byť s jeho výkonom spokojní.

Ralík Maroš – V súťaži sa priblížil k osobnému maximu a dokázal, že v tejto disciplíne má veľkú perspektívu napredovať.

Guľa: Atmosféra pretekov výrazne nabudila pretekára Vranova Adriana Barana, ktorý posunul svoj OR a dosiahol vynikajúce 2. miesto. Daniel Bisaha nesklamal dosiahol svoj priemerný výkon, ako začiatočník a viacbojár sa nestratil.

Oštep: Hrnčár Peter – Ako začiatočník na atletických pretekoch. Boli to jeho 4. preteky v hode oštepom. Keď potrénujeme na technike môže hádzať cez 50 metrov.

Katrenič Gabriel – Mal pokusy na úrovni osobáku. Tiež musí ešte popracovať na technike a bude hádzať ešte viac.

Disk: Kováč Samuel – 48,59m , 5. miesto – Zlepšil si osobný rekord o 2 metre. Ľahko prešliapol 53 metrový pokus. Atletike sa venuje piaty mesiac, boli to jeho tretie preteky. Perspektívny pretekár.

Baran Adrián – 48,57m , 6.miesto – Preteky mu nevyšli podľa jeho predstáv, ale nesklamal a vynahradil si to vo vrhu guľou. Tak isto perspektívny pretekár.

Kladivo: Mladí perspektívni pretekári. Mali ako prví disciplínu.

Danáč Daniel – V rozcvičke uvoľnene tesne pod 60 metrov. V súťaži sa nevedel skoncentrovať na pokus a robil chyby. Predposledný pokus z dvoch otočiek ho upokojil, ale posledný pokus, ktorý bol dlhší mu neuznali aj keď sme podali protest.

Skoupa Norbert – Mal výkony tesne pod osobák. Hádže zatiaľ iba z jednej otočky. Kladivu sa venuje len rok. Pracuje na sebe.

Žiačky:

100m: Močárková Nina – Zabehla čas 12,74s za osobným rekordom zaostala o 6 stotín. V rozbehu sa snažila doťahovať, ale stačilo to len na 3. miesto, celkovo 6. miesto.

Šimlovičová Mária – Zabehla najlepší tohtoročný čas 12,67s. Robila čo bolo v jej silách, ale sama zo sebou nebola spokojná. Celkovo 5. miesto.

300m: Polyáková Sára – Potvrdila svoju predštartovú pozíciu ako favoritka a svoju disciplínu vyhrala. Časom 40,27s len tesne zaostala za svojím najlepším osobným výkonom. Možno opatrnejší úvod (100m) mal za následok neprekonanie jej vlastného Slovenského rekordu na ktorý pomýšľala, medzičas na 200m bol 25,7s. Zapletalová Emma – Časom 40,53s si utvorila ďalší osobný výkon o takmer 7 desatín. Svoj rozbeh vyhrala a čas jej stačil na celkové 3. miesto, medzičas na 200 bol 25,8s.

600m: Gajanová Gabriela 4. miesto za 1:37,11. Podala štandardný výkon. Nebyť chyby v úvode, keď sa nechala zavrieť, bojovala by o medailu. Výborný finiš stačil len na 4. miesto, Tempo bolo vyvážené. 400m 65''. Posledná 200-ka za 32''.

Škovranová Radka – Ako náhradníčka splnila, čo sa od nej očakávalo. Časom 1:38,51, ktorý je jej OR skončila na 8. mieste.

2000m: Suranová Karin – Absolvovala svoje prvé preteky. Podala solídny výkon. Snažila sa držať kontakt s čelnou skupinou. V závere to stačilo na 7. miesto. Petláková Petra – po absencii nominovanej pretekárky Jesenskej, skokanka o žrdi preukázala tímového ducha a pre tím získala cenný bod. Je príkladom. Pochvala za bojovnosť.

3000m chôdza: Hačundová Emma - Absolvovala svoje tretie medzištátne preteky. Bolo to na nej vidieť, nakoľko pretekala takticky dobre. Zo zadných pozícií sa postupne prepracovala na 2.miesto.

100prek: Bučicová Natália – Zabehla 15,61 – 8. miesto. Dobrý výkon a výborný prístup. Čelková Gabriela – Zakopla na poslednej prekážke, spadla a podvrtla si členok. Veľmi si cením, že sa postavila a dobehla do cieľa. Veľmi šikovné a bojovné dievča, z ktorej by si aj ďalší pretekári mohli brať príklad.

300prek Bučicová Natália – Odvážny začiatok, rytmicky výborne, 3. miesto v rozbehu. Čelková Gabika - výborný výkon ovenčený osobným rekordom. 2. miesto rozbeh.

Výška: Zavilinská Monika – Zaostala za svojim OR o 5 cm, ale výkonom 160cm splnila očakávania. Zabojovala a napriek bolestiam členku odrazovej nohy. V tréningu by bolo dobre sa zamerať na prechod nad latkou. Gregušíková Laura – Má veľmi dobré odrazové schopnosti. Problémom je rozbeh, každý je iný. Chýba vybehanosť a spojenie s odrazom.

Diaľka: Hučíková Denisa – Skočila 521cm – 8. miesto, k osobnému rekordu jej chýbali 3cm. Dostatočne silovo disponovaná. Rezervy v rýchlom stupňovaní rozbehu a následne v predodrazovom rytme. Technika skoku na dobrej úrovni. Mišániková Daniela – Skočila 518cm – 9. miesto. K osobnému rekordu sa nepriblížila. Rezervy v stupňovaní rozbehu, technika skoku nie je dostatočná. Na druhej strane veľmi dobrý somatotyp na skoku do diaľky. Rezervy v rýchlosti, sile a všestrannej príprave.

Žrd: Töröková Kiara – Absolvovala svoj tretí štart v skoku o žrdi. Vytvorila si nový osobný rekord. Výkonom milo prekvapila. Je príslubom do budúcnosti. Petláková Petra – Skočila 260cm, zaostala za svojím osobákom o 20cm. Výkon hodnotím pozitívne, nakoľko nemá s kým trénovať techniku skoku o žrdi, keďže trénerka je na materskej dovolenke. Oproti M-SR v Nových Zámkoch sa zlepšila.

Guľa: Váleková Natália – 8.miesto, výkon 10,59m. Vzhľadom na jej vek (2001) je tu určite perspektíva do budúcnosti. Ak sa bude aj v budúcnosti venovať vrhu guľou môže určite pomýšľať na oveľa lepšie umiestnenie. Grznárová Soňa – 10.miesto, výkon 10,44m. Soňa pôsobila už od začiatku trochu „odovzdaným“ dojmom, akoby bola dopredu zmierená s miestom, ktoré jej predpovedala štartová listina. Určite však poteší SB na takomto podujatí.

Oštep: Mladé perspektívne pretekárky. Snažili sa. Hanuliaková Júlia – Hodila si osobák.

Škovránková Radka – Nastúpila ako náhradníčka a len o 1 meter zaostala za svojim osobákom.

Disk: Sedlárová Lucia - prekonala PB. Príkladná spolupráca s trénerom počas pretekov. Vysoké nasadenie. Rezervy v technike. Sabová Ester – Veľmi nervózny krčovitý výkon. Technicky nezvládnuté. Nemala svoj deň.

Kladivo: Sabová Ester – Hodila 37,34 m t.j. 1,5m pod osobák. Hádže zatiaľ len z jednej otočky. Vojtasová Daniela – Hodila 36,53m t.j. 3,5m pod osobák. U dievčat bola veľká nervozita a stres, potom robia chyby, ktoré nerobievajú.

Štafety: Dvom z troch štafiet sa podarilo prebojovať na medailové umiestenia. Dievčatám v zložení Zapletalová, Močáryová, Polyáková a Šimlovičová výborný čas 48,46 (priemer 12,12) stačil na získanie striebornej medaile. Štafetové odovzdávky vyšli pomerne dobre, hlavne tretia mala za následok posun na druhú priečku. Dievčatá zúročili piatkový tréning na rozcvičke. Chlapci 4x100m- zloženie Žilavý, Lánik, Rigász, Komarek. Čas 45,46 stačil len na štvrté miesto. Výsledný výkon i čas ovplyvnilo mierne zranenie finišmana. Štafetové odovzdávky sa taktiež trénovali a boli vydarené. Zmiešaná štafeta- zloženie Rigász, Zapletalová, Koreň, Polyáková. Simon Rigász bol pred štafetou požiadať o nahradenie v štafete, nakoľko bol, podľa jeho slov, unavený. Trénerom sa však podarilo ho motivovať. Úspešnosť dievčat na hladkej tristočke dával predpoklady na dobré umiestenie. Nakoniec z toho bolo druhé miesto časom 2:36,99.

Celkové zhodnotenie MeS

Najúspešnejšou disciplínou z pohľadu bodového zisku bol u dievčat beh na 300m a u chlapcov výška a chôdza. Mrzí iba 3 bodový zisk v disku a kladive dievčat a v ošpepe chlapcov. Na konečnom výsledku dievčenského výberu sa podpísala zvýšená chorobnosť pred podujatím. Až štyri dievčatá sa pre ochorenie ospravedlnili z reprezentačných povinností. Náhradníčky i keď snahu im uprieť nemožno, tento výpadok nahradiť nemohli. Tu je možné hľadať body, ktoré by dievčenské družstvo posunulo o priečku vyššie. Oceňujem bojového ducha tímu. Nasadenie, povzbudzovanie a hlavne „bojové“ pomalovanie vo farbách slovenskej trikolóry u každej pretekárky, bolo veľmi sympatické. U dievčat tretina výberu bola rok narodenia 2000 a mladšia, čo pre rok 2015 dáva tomuto výberu nádej na lepšie umiestnenie v stretnutí reprezentačných výberov. V chlapčenskej kategórii zatiaľ zaostávame. Na reprezentácii sa podieľalo 30 klubov. To znamená, že na veľmi dobrej úrovni sa pracuje s mládežou vo viacerých kluboch, za čo patrí vďaka trénerom i funkcionárom týchto klubov. Vďaka patrí i trénerom, ktorí sa podieľali na „koučovaní“ pretekárov a pretekárky na MeS pri jednotlivých disciplínach.

V Pov. Bystrici 5. októbra 2014

Mgr. Milan Laurenčík - reprezentačný tréner mládeže do 17 rokov