



Zpráva z VT SCM-Střední Čechy-západ

Termín: 25.3.-30.3.23

Místo: Sušice, ubytování hotel Gabreta

Počet účastníků: 25 atletů-17členů SCM, z toho 4x repre,3členové RSC Olymp, 5 samoplátců, (seznam v příloze)

Trenéři: Jiří Klesnil(předseda SKAS), Mgr. Jan Šátek(vedoucí trenér SG Kladno), František Procházka, Jan Sirotek, Mgr.Hana Větrovcová(VT SCM). Fyzioterapeut Bc.Tomáš Musil

Program: kondiční soustředění, trénink probíhal denně v době 10,00-12,30 hod a 16,00 až 18,30 hod. K tréninku jsme využívali atletický stadion TJ Sušice, k dispozici jsme měli i umělou plochu velikosti fotbalového stadionu. Vedle stadionu je plavecký bazén s posilovnou. Tu jsme využili opakovaně dle potřeby jednotlivých tréninkových skupin. K dispozici byly posilovací stroje, čtyři osy a k rozcvičení malá tělocvična. Rovněž jsme k regeneraci dvakrát využili plavecký bazén s dvěma vířivkami a saunou. Jedno odpoledne jsme věnovali turistice a prošli kousek Šumavy.

Regenerace kromě bazénu byla zajištěna službou fyzioterapeuta, kterou využívali atleti zejména ve večerních hodinách.

V rámci večerního programu proběhla přednáška předsedy SKAS o systému atletických soutěží v ČR a také o základních pravidlech atletiky.

Celkově lze VT hodnotit velmi kladně, personál hotelu byl velmi vstřícný, stravování na velmi dobré úrovni. Tréninkové podmínky

dobré. Jediným problémem bylo počasí, které bylo veskrze zimní a aprílové.

Stejně jako vloni bylo fajn, že s námi byl vedoucí trenér SG. Povedlo se v rámci společných diskuzí navázat ještě užší spolupráci, a to i v oblasti plánování závodů, přijímacího řízení na SG a společných VT.

Poděkování patří všem zúčastněným atletům, trenérům a Tomášovi Musilovi, všichni společně se zasloužili o prožití několika dnů sice plných atletické dřiny, ale bezproblémových a pohodových.

H.Větrovcová, VT SCM Střední Čechy















