

VYHODNOTENIE AKCIE

Názov akcie: Plavecké kondičné a vylaďovacie sústreďenie

Trvanie akcie: 04.07. – 14.07.2019

Miesto: Belek (Antália) / TUR /

Reprezentanti: Richard Nagy, Tomáš Klobučník,

Realizačný tím:

Vedúci akcie a súčasne tréner: Vladimír Železník

Fyzioterapeut: Ján Blanár

Hodnotenie športoviska a organizácie podujatia:

Sústreďenie prebiehalo v komfortnom stredisku - Glória sport rezort. K dispozícii sme mali 10 dráhový 50m bazén a 8 dráhový 25m bazén. Posilňovňa a ostatné športoviská vybavené na špičkovej úrovni. Tréningy prebiehali v nasledovných hodinách: ráno: 9,00 – 11,00 hod / poobede: 17,00 – 19,00 hod. Medzi tréningami, každý druhý deň posilňovňa.

Materiálne – organizačné zabezpečenie (doprava, strava, ubytovanie, oblečenie):

Doprava: Cesta tam: Autom z Bratislavy do Viedne na letisko. Let: Viedeň – Antália Autom transfer do Beleku.. Cesta späť: Autom transfer na letisko. Let: Antália – Viedeň a autom z Viedne do Bratislavy. Na tréningy sme chodili pešo. (cca 2min.)

Ubytovanie a strava: Ubytovanie v hoteli GLÓRIA SPORT REZORT bolo na vynikajúcej úrovni. Strava bola na špičkovej úrovni.

Oblečenie a materiálne vybavenie: oblečenie značky Speedo.

Zhodnotenie akcie:

Sústredenie prebiehalo v kludnom bezstresovom prostredí a vo výbornej pohodovej atmosfére. K dispozícii sme mali jednu dráhu a na hlavné série resp. merané veci sme mali ešte jednu. Tréningy boli smerované na udržiavanie pretekovej výkonnosti a vyladovania smerom k MS do Gwangju. Na chalanoch bola vidieť spokojnosť a pohoda. V priebehu sústredenia sme mali aj voľné poldne, ktoré sme využili na relax, či už návštevou pláže alebo masážami, ktoré samozrejme prebiehali aj medzi tréningami. Každý s chlapcov mal vlastné tréningy, ktoré sme si niekedy podľa potreby upravili.

Celkové všeobecné hodnoteni:

Sústredenie hodnotím veľmi pozitívne, nakoľko som v tomto stredisku bol niekoľko krát a vždy bola dobrá atmosféra a pohoda, ktoré zabezpečujú fantastické podmienky tohto rezortu. Samozrejme ďakujem sekretariátu za zabezpečenie akcie , fyzioterapeutovi Jánovi Blanárovi a pretekárom za spoluprácu ktorá prebehla bezproblémovo.

V Beleku dňa 14.07.2019

Spracoval: Mgr. Vladimír Železník