

# Plán činnosti a nominační kritéria RDJ 2015

## 1. Hlavní cíle

Dosažení co nejlepších výsledků na MSJ a MEJ, motivace závodníků juniorského věku k dlouhodobější sportovní přípravě na vrcholové úrovni s předpokladem budoucího uplatnění v RDS.

## 2. Realizační tým

Činnost reprezentačního družstva juniorů řídí reprezentační trenér Mgr. Pavel Hottmar. Na vedení RDJ se podílí asistent reprezentačního trenéra Mgr. Jan Andrlík. Ke svému rozhodování bude vedení RDJ využívat také námětů a připomínek ostatních trenérů. Pro zajištění jednotlivých akcí RDJ bude zvoleno personální zajištění podle schopností, možností a zájmu trenérů a podle počtu nebo kvality reprezentantů připravovaných daným osobním trenérem.

## 3. Složení RDJ

Širší RDJ pro rok 2015 podle výsledků v sezóně 2014:

Kajak Dívky: Krpatová Jana 97, Schwarzenbachová Sára 97, Betlachová Eliška 98, Buzková Tereza 98, Kotěrová Ludmila 98, Štemberková Zuzana 99, Kinclová Sofie 00

Kanoe chlapci: Hájek Kryštof 97 L, Havlík Josef 98 L, Fuksa Petr 98 L, Kořínek Daniel 98 P, Janík David 98 L, Černý Jakub 98 L, Vohradský Filip 98 P, Franěk Lukáš 99 P, Holenka Adam 99 L, Zalubil Jiří 00 P

Kajak chlapci: Bišický Ondřej 97, Holopírek Tomáš 97, Rulík Tadeáš 97, Vozka Marek 97, Klemperer Oto 97, Kučera Martin 97, Stejskal Jakub 98, Čeřovský Michal 98, Smrček Ludvík 98, Urban Hynek 98, Procházka Vojtěch 99, Volák David 99, Lundák Jakub 99, Vorel Jan 00, Kukačka Vilém 00, Mašek Ondřej 00

Reprezentanti budou přizvááni na jednotlivé akce RDJ na základě nominačních kritérií. I kdokoliv jiný, kdo není v přehledu závodníků uveden, má možnost v příštím roce reprezentovat, jestliže výkonnostně předstihne uvedené závodníky.

#### 4. Program RDJ 2015

10. 1. 2015	Obecné testy RDJ Nymburk
25.1.-31.1. 2015	Soustředění SCM/RDJ – Zadov
14. 2. 2015	Obecné testy RDJ Nymburk
10.4.- 18.4. 2015	Soustředění SCM/RDJ Slapy-Oboz I.
25.4.-26.4.2015	MČR 5km
30.4.-10.5.2015	Soustředění SCM/RDJ Slapy - Oboz II.
16.5.- 17.5. 2015	ČP Račice
29.5.-31.5.2015	MR Piešťany (SVK)
<b>5.6.-7.6.2015</b>	<b>NZ Račice</b>
18.6.-24.6.2015	Soustředění RDJ Račice
6.7.-16.7.2015	Soustředění RDJ Račice
<b>23.7.-26.7.2015</b>	<b>MSJ MONTEMOR (POR)</b>
<b>31.7.- 2.8.2015</b>	<b>MČR krátké tratě Račice</b>
26.8.- 28.8.2015	Soustředění RDJ Račice
3.9.-9. 9.2015	Soustředění RDJ Račice
11.9. -13.9.2015	MS v maratónu Győr (HUN)
<b>17.9.-20.9.2015</b>	<b>MEJ Bascov (ROU)</b>
25.9.-27.9.2015	Závod OH nadějí Bydgošť
7.11./8.11.2015	Obecné testy SCM
6.-12.12. 2015	kondiční soustředění RDJ

## 5. Sportovní příprava

Příprava reprezentantů bude probíhat z naprosté většiny pod vedením osobních trenérů, pod centrálním vedením na společných akcích ve spolupráci s osobními trenéry. Osobní trenéři společné akce RDJ zahrnou do svých plánů. Plány osobních trenérů musí být v souladu s plánem RDJ. Příprava členů RDJ bude vedením RDJ a osobními trenéry konzultována. Osobní trenéři budou mít vždy k dispozici doporučené objemy a intenzitu tréninku na dané časové období.

Na všech akcích budou mít členové RDJ s sebou tréninkové deníky, které mají povinnost vést.

Rozhodující závod pro nominaci na MSJ se koná 5.-7.června a rozhodující závod pro nominaci na MEJ se koná od 31.července. Všechny předchozí závody budou pouze součástí přípravy, není vhodné na ně ladit formu. Do konce května bude hodnocen především přístup k tréninku, výkonnost na vodě bude sledována komplexněji (včetně techniky, vytrvalosti, rychlosti, objemu x intenzity tréninku).

## 6. Antidopingová prevence

Nad rámec soutěžních i mimosoutěžních dopingových kontrol, prováděných i u závodníků juniorského věku Antidopingovým výborem ČR (dále jen ADV), může ČSK v zájmu posílení antidopingové prevence požádat o provedení dopingové kontroly ADV ČR při jakékoliv své akci. Dodržování antidopingových pravidel ze strany závodníků a všech dalších účastníků systému přípravy je základní podmínkou účasti v soutěžích ČSK. Povinností všech závodníků je vyvarovat se jakémukoliv zneužití zakázaných látek a důsledně sledovat informace ADV ČR ([www.antidoping.cz](http://www.antidoping.cz)). V případě požadavků ICF jsou členové RDJ povinni podstoupit jakoukoliv antidopingovou proceduru (absolvovat proškolení, poskytnout osobní informace atp.)

## 7. Informace o jednotlivých akcích RDJ

**Obecné testy RDJ Nymburk 10.1.** - povinné, zváni jsou závodníci uvedení na str.1 a závodníci na základě výběru reprezentačního trenéra, náplň: bench, přítah max., shyby, bench, přítah 2 min 50% hm., běh, plavání 200m

**Soustředění Zadov 25.1.-31.1.** - účast zájemců z RDJ Výběr podle zájmu, výkonnosti a přístupu závodníků k tréninku do naplnění objednaného počtu lůžek. Financování z vlastních zdrojů nebo z rozpočtu DP SCM, jestliže oddíl takto rozhodne.

**Obecné testy RDJ Nymburk 14.2.** - povinné, zváni jsou závodníci uvedení na str.1 a závodníci na základě výběru reprezentačního trenéra, náplň: bench, přítah max., shyby, bench, přítah 2 min 50% hm., běh, plavání 200m

**Soustředění Slapy – Oboz I 10.4.-18.4.** – účast členů širšího RDJ v termínu podle dohody osobních trenérů s vedením RDJ. Financování z vlastních zdrojů nebo z rozpočtu DP SCM, jestliže oddíl takto rozhodne.

**MČR 5km 25.-26.4.** – vedení RDJ doporučuje účast reprezentantů především v individuálních kategoriích

**Soustředění Slapy - Oboz II - 30.4.– 10.5.** – účast členů širšího RDJ v termínu podle dohody osobních trenérů s vedením RDJ. Financování z vlastních zdrojů nebo z rozpočtu DP SCM, jestliže oddíl takto rozhodne.

**ČP 16.-17.5. Račice** – výsledky budou hlavním kritériem nominace na MR Piešťany

#### **MR Piešťany 29.5.-31.5. – Nominační kritérium**

Nominované závodníky určí reprezentační trenér. Hlavním kritériem bude výkonnost v závodě ČP 16.-17.5. Bude také zohledněna výkonnost v roce 2014, výkonnost a pracovitost na soustředěních a celkový přístup k tréninku. Nasazení do jednotlivých kategorií určí reprezentační trenér po konzultaci s trenéry RDJ.

Závodníkům, kteří se do nominace na náklady svazu nevejdou, přitom budou mít o start na MR v Piešťanech zájem a budou ze zájemců výkonnostně „na řadě“, bude umožněna účast na vlastní náklady pod hlavičkou RDJ ČR. V případě nezájmu o účast závodníků v Piešťanech z důvodu přípravy na NZ Račice, osobní trenéři budou do 31.3. informovat reprezentačního trenéra

**NZ Račice 5.-7.6.** - nominační závod pro MSJ Montemor, závodníci nominovaní a připravující se na ME v maratónu, se na MSJ nemohou nominovat

**Soustředění Račice 18.6.-24.6. a 6.7.-16.7.** – závodníci budou pozváni na základě nominace na MSJ.

#### **MSJ MONTEMOR (POR) 23.-26.7. – Nominační kritérium** (vypsány pouze OH disc.+ C ženy)

Účast na MSJ bez určení disciplíny, ve které na MSJ budou startovat, mají na náklady RDJ zajištěnou první dvě závodníci(ce) v kategoriích K1 jři 1000m, K1 jky 500m a první závodník na C1 jři 1000m ze závodů v Račicích 5.-7.6.2015. O doplnění družstva a nasazení všech závodníků do jednotlivých kategorií rozhodne reprezentační trenér. Při rozhodování o doplnění družstva budou významné singlové výsledky a výkony na v juniorských kategoriích na OH tratích, významné bude rovněž, kdo zvítězí v deblových disciplínách na závodech 5.6. až 7.6.2015. Předpokládá se, že RDJ obsadí na MSJ většinu kategorií, pokud to výkonnost závodníků dovolí.

**MČR Račice 31.7.- 2.8.** – nominační závod na závod OH nadějí a na MEJ Bascov. Závodníci nominovaní na MEJ a OH naděje se nemohou nominovat na MS v maratónu.

**Soustředění Račice 26.8.- 28.8.2015 a 3.9.-9. 9.2015** - závodníci budou pozváni na základě nominace na MEJ , případně OHN.

### **MSM 11.-13.9. Győr (HUN)**

Nominace podle nominačních kritérií RDM. Závodníci nominovaní na MEJ a OHN jsou z nominace na MS v maratónu vyloučení.

### **MEJ BASCOV (ROU) 17.-20.9. – Nominační kritérium**

Nominuje reprezentační trenér na základě výsledků MSJ a následně MČR Račice. Na základě posouzení konkurence v jednotlivých disciplínách může reprezentační trenér nominovat na MEJ přímo z MSJ medailisty + při prokázání adekvátní výkonnosti i některé další úspěšné závodníky. O doplnění družstva rozhodne reprezentační trenér na základě výsledků MČR Račice. Při rozhodování o doplnění družstva budou významné výsledky a výkony na K1ž, C1 a K1 v juniorských kategoriích, významné bude rovněž, kdo zvítězí v deblových disciplínách na MČR 31.7.-2.8. O nasazení všech závodníků do jednotlivých kategorií rozhodne reprezentační trenér. Předpokládá se, že RDJ obsadí na MEJ naprostou většinu kategorií, pokud to výkonnost závodníků dovolí. Závodníkům, kteří se do nominace na náklady RDJ nevejdou, přitom budou mít o start na MEJ zájem a budou ze zájemců výkonnostně „na řadě“, bude umožněna účast na vlastní náklady nebo s finanční spoluúčastí. Garantem platby za účast na MEJ je klub.

### **Závod OH nadějí Bydgošť 25.-27.9. – Nominační kritérium**

Nominuje se 1. loď K1ž 500 i 200m a 1.loď K1, C1 1000 i 200m v jednotlivých ročnících 1998, 1999, 2000 (event. mladší) z MČR v Račicích. O doplnění družstva a nasazení všech závodníků do jednotlivých kategorií rozhodne reprezentační trenér. Při rozhodování o doplnění družstva budou nejvýznamnější výsledky na MČR. Předpokládá se, že RDJ obsadí na OHN všechny kategorie a že ve většině kategorií budou startovat 2 posádky ČR, pokud to výkonnost závodníků dovolí.

**Obecné testy SCM 7./ 8. 11.** – pro reprezentanty nar. 1998 a mladší.

**Kondiční soustředění 6.-12.12.** reprezentační trenér vybere ze „zájemců“. Výběr podle výkonnosti a přístupu závodníků k tréninku do naplnění objednaného počtu lůžek a dle financí RDJ. Případní nečlenové RDJ 2016 financování z vlastních zdrojů nebo z rozpočtu DP SCM, jestliže oddíl takto rozhodne.

Ve sporných a výjimečných případech o nominacích rozhodne reprezentační trenér se zřetelem na doporučení asistenta a názory osobních trenérů. Ve výjimečných případech může reprezentační trenér navrhnout nominaci jinak, než je uvedeno v nominačních kritériích. Veškeré nominace na akce RDJ schvaluje VV SRK ČSK.