



**Itinerár reprezentanta Slovenskej republiky na sezónu 2018-19 v šerme fleuretom pre vekové kategórie /Kad, Jun, Sen/**



## Obsah

Nominačný dekrét reprezentanta .....	3
I. Štatút reprezentanta .....	4
1.1. Všeobecné podmienky pre zaradenie pretekára/ky do reprezentácie SR .....	4
1.2. Práva a povinnosti reprezentanta SR .....	4
II. Informácie o tíme .....	6
2.1. Slovenský šermiarsky zväz – kontaktné údaje .....	6
2.2. Zoznam športových funkcionárov .....	6
2.3. Zoznam členov podporného tímu .....	7
2.4. Reprezentační tréneri .....	7
2.5. Povinnosti reprezentačných trénerov .....	7
2.6. Ciele sezóny 2018-19 .....	8
2.7. Reprezentačné družstvá .....	8
III. Metodické pokyny pre reprezentantov .....	10
3.1. Tímové pravidlá .....	10
3.2. Predsezónne požiadavky na fyzickú zdatnosť a zdravotné vyšetrenie .....	10
3.3. Požiadavky na poistenie športovcov .....	10
3.4. Riziká daného športu .....	11
3.5. Finančné zabezpečenie akcií .....	11
3.6. Športový materiál .....	11
3.7. Kritériá výberu do reprezentačných družstiev .....	11
3.8. Nominačné kritériá na vrcholy sezóny .....	11
IV. Plán prípravy kadetov/iek, juniorov/iek i seniorov/iek v sezóne 2018-19 .....	13
4.1. Vyhodnotenie dlhodobých cieľov .....	13
4.2. Analýza predchádzajúcej sezóny, zhodnotenie plnenia dielčích úloh .....	13
4.3. Plán prípravy na sezónu 2018-19 .....	18
V. Prílohy .....	28
5.1. Tabuľka na výsledky z turnajov .....	28
5.2. Informovaný súhlas rodiča .....	30
5.3. Osobné údaje A .....	31
5.3. Osobné údaje B – vratka na SŠZ .....	32

## Nominačný dekrét reprezentanta/ky

# I. Štatút reprezentanta

## 1.1. Všeobecné podmienky na zaradenie športovca do Slovenskej reprezentácie v šerme.

- 1.1.1. Slovenské občianstvo
- 1.1.2. Platná medzinárodná licencia danej vekovej skupiny na uvedenú sezónu (Licencia FIE /Seniori, Juniori, kadeti, Licencia EFC /kadeti)
- 1.1.3 Registrácia na Slovenskom šermiarskom zväze
- 1.1.4 Splňať vekovú hranicu pre zaradenie do vekových kategórií na základe pravidiel FIE.
- 1.1.5 Plnenie kritérií pre zaradenie športovca do reprezentačných družstiev schválených Predsedníctvom SŠZ na návrh Trénerskej rady, v spolupráci s reprezentačnými trénermi Slovenského šermiarskeho zväzu.
- 1.1.6 Nominácia na ME, MS príslušných vekových kategórií podlieha schváleniu predsedníctva SŠZ na návrh reprezentačných trénerov. Nominácia na SP respektíve Európsky pohár príslušných vekových kategórií na základe umiestnenia v nominačnom rebríčku Slovenského pohára a nominácie reprezentačného trénera príslušnej kategórie.
- 1.1.7 Súčasťou štatútu reprezentanta Slovenskej republiky sú:
  - A/ Práva a povinnosti reprezentanta
  - B/ Kritériá pre zaradenie športovcov do reprezentačných družstiev

## 1.2. Práva a Povinnosti reprezentanta SR.

*Právo reprezentovať Slovenskú republiku na športových podujatiach doma i v zahraničí je najvyššou čťou, ktorej sa môže dostať občanovi - športovcovi SR. Svojimi postojmi, prezentovaním občianskej a športovej úrovne reprezentant propaguje respektíve formuje nielen svoj vlastný obraz, ale predovšetkým obraz Slovenska.*

### 1.2.1 Práva reprezentanta SR v šerme

- \* Na základe dosiahnutých výsledkov zo sledovaných súťaží a rozhodnutia reprezentačných trénerov byť pozývaný (nominovaný) na akcie spojené s reprezentáciou (sústredenia, zahraničné turnaje, ME, MS príslušných vekových kategórií).
- \* Má právo využívať materiálne technické vybavenie SŠZ, a požadovať materiálne technické zabezpečenie, schválené VV-SŠZ, prostredníctvom reprezentačného trénera vždy vtedy keď je to nevyhnutné.
- \* Má právo prejaviť svoj názor, subjektívne pocity a konzultovať svoju športovú prípravu s reprezentačným trénerom.
- \* Má právo dožadovať sa plnenia rozhodnutí reprezentačných trénerov schválených VV-SŠZ, prostredníctvom zástupcu oddielu resp. prostredníctvom VV-SŠZ.
- \* Má právo požadovať hodnotenie svojej činnosti, konzultovať, resp. navrhovať ideálne formy a možnosti pri vypracovaní svojho individuálneho tréningového programu v spolupráci osobným trénerom, reprezentačným trénerom resp. realizačným tímom.
- \* Na základe rozhodnutí VV-SŠZ mať uhradené náklady spojené s reprezentáciou.
- \* V prípade porušenia jeho práv, obracať sa na VV-SŠZ prostredníctvom voleného zástupcu šermiarov.
- \* Na základe dosiahnutia výborných výsledkov na ME, MS a návrhu reprezentačných trénerov, byť patrične odmeňovaný podľa tabuľky odmien schválenej VV-SŠZ.
- \* Má právo vzdať sa reprezentácie Slovenskej republiky a členstva v SŠZ.

### 1.2.2 Povinnosti reprezentanta SR v šerme.

- \* Je povinný dôstojne a zodpovedne reprezentovať a dbať o dobré meno Slovenskej republiky a Slovenského šermiarskeho zväzu.
- \* Je povinný zúčastniť sa všetkých podujatí (sústredenia, plánovaných spoločných reprezentačných tréningov, domácich a medzinárodných turnajov, Majstrovstiev SR, lekárskeho a funkčného vyšetrenia, dopingovej kontroly v SR a v zahraničí), na ktoré bol nominovaný reprezentačným trénerom. Výnimku povoľuje reprezentačný tréner. Reprezentant je povinný vopred ospravedlniť svoju neúčast u svojho reprezentačného trénera. Ignorovanie spoločných reprezentačných tréningov môže mať za následok vylúčenie z reprezentácie a zároveň neúčast na podujatí, ktoré zastrešuje SŠZ (SP, MS, ME)
- \* Je povinný uprednostniť reprezentačné záujmy pred klubovými.
- \* Je povinný trénovať podľa vopred vypracovaného tréningového plánu, na akciách reprezentácie dodržiavať pokyny reprezentačného trénera, resp. vedúceho akcie a spolupracovať s ním ako aj s ostatnými členmi reprezentačného družstva a realizačného tímu.
- \* Je povinný absolvovať zdravotné prehliadky a testy u športového lekára minimálne raz do roka, dbať o svoj zdravotný stav a pravidelne informovať reprezentačného trénera o jeho zmenách.
- \* Je povinný starať sa o zverený materiál, v prípade ukončenia reprezentácie ho vrátiť v dohodnutom termíne, v prípade straty alebo poškodenia stratu nahradiť.
- \* Je povinný počas reprezentačnej akcie, na ktorú je delegovaný na základe schválenia Predsedníctva SŠZ, nosiť predpísané reprezentačné oblečenie.
- \* Je povinný riadiť sa pravidlami a súťažným poriadkom daného športového odvetvia a dodržiavať bezpečnostné pravidlá predpísané FIE resp. usporiadateľom súťaže (podujatia). Rešpektovať pokyny vedúceho výpravy na súťažiach, na ktoré bol nominovaný.
- \* Je povinný vyhnúť sa požívaniu alkoholických nápojov, omamných látok, zakázaných dopingových prostriedkov, vzbudzovať verejné pohoršenie, alebo iným spôsobom rušiť priebeh akcie na ktorú bol nominovaný.
- \* Je povinný dodržiavať všetky platné predpisy SŠZ a predpisy FIE.
- \* Musí si byť vedomý postihu za nedodržiavanie povinností reprezentanta Slovenskej republiky, porušenia predpisov SŠZ a postihu za preukázaný doping. (Platné predpisy MOV a WADA). Pri neplnení si povinností bude reprezentant postihovaný podľa disciplinárneho poriadku SŠZ, MOV resp. FIE.
- \* V prípade, ak reprezentant odmietne štart na reprezentačnej akcii SŠZ bude tento reprezentant riešený podľa Disciplinárneho poriadku SŠZ.
- \* Reprezentant musí mať platný cestovný pas, platné zdravotné a úrazové poistenie.
- \* Reprezentant musí dodržiavať všetky zásady uvedené v smerniciach Antidopingového výboru SR o používaní zakázaných podporných látok.

## II. Informácie o tíme

### 2.1 Slovenský šermiarsky zväz /SŠZ/ - Sekretariát

Trnavská cesta č.39

831 04 Bratislava

Mobil: +421 903 740961 e-mail: [slovakfencing@mail.t-com.sk](mailto:slovakfencing@mail.t-com.sk)

### 2.2 Zoznam športových funkcionárov

Prezident SŠZ – JUDr. Tatiana DROBNÁ

mobil: +421 903 703717 e-mail: [tatianadrobná@gmail.com](mailto:tatianadrobná@gmail.com)

Generálny sekretár SŠZ – Gabriela GERŠIOVÁ

Mobil: +421 903 740961 e-mail: [slovakfencing@mail.t-com.sk](mailto:slovakfencing@mail.t-com.sk)

Reprezentačný tréner /kord/ - Mgr. Andrea SASVÁRIOVÁ

Mobil: +421 907 123027 e-mail: [andys@chello.sk](mailto:andys@chello.sk)

Reprezentačný tréner /fleuret/ - Jozef NAGY

Mobil: +421 903 446157 e-mail: [nagy@slovak-fencing.sk](mailto:nagy@slovak-fencing.sk)

Asistent reprezentačného trénera /fleuret/ - Július KRÁLIK

Mobil: +421 905 162883 e-mail: [julius.kralik@gmail.com](mailto:julius.kralik@gmail.com)

Tréner reprezentantov /fleuret/ - David KRÁLIK

Mobil: +421 915 738491 e-mail: [kralik5791@gmail.com](mailto:kralik5791@gmail.com)

Komisia rozhodcov – Mgr. Karolína BELÁS

Mobil: +421 948 100773 e-mail: [karolinaaujeska@gmail.com](mailto:karolinaaujeska@gmail.com)

Komisia metodicko-vzdelávacia – Ing. Ľudovít LUBY

Mobil: +421 905 903312 e-mail: [l.luby@microcad.sk](mailto:l.luby@microcad.sk)

Organizačná komisia a ŠTK – Andrej CHURÝ

Mobil: +421 905 530007 e-mail: [andrejchury@gmail.com](mailto:andrejchury@gmail.com)

Kontrolór – Dr. Univ., ICLic. Juraj SZALAY PhD

Mobil: +421 905 401570 e-mail: [szalay@chello.sk](mailto:szalay@chello.sk)

Ekonomicko-marketingová komisia – Mgr. Gábor ÁSVÁNYI MBA

Mobil: +421 903 584992 e-mail: [gabor@shmladost.sk](mailto:gabor@shmladost.sk)

Komisia mládeže – Rúth KABIL

Mobil: +421 944 373045 e-mail: [ruth.kabil@gmail.com](mailto:ruth.kabil@gmail.com)

Tréneri mládeže – Dalibor KAZÍK

Mobil: +421 903 921506 e-mail: [kazik@slovanet.sk](mailto:kazik@slovanet.sk)

- Mgr. Andrea SASVÁRIOVÁ

Mobil: +421 907 123027 e-mail: [andys@schello.sk](mailto:andys@schello.sk)

Zástupca športovcov – Mgr. Juraj SZALAY

Mobil: +421 917 699288 e-mail: [szalay.juraj@gmail.com](mailto:szalay.juraj@gmail.com)

### 2.3 Zoznam členov podporného tímu

Telovýchovná lekárka – MuDr. Alena URVAYOVÁ  
Neštátne zdravotné zariadenie telovýchovného lekárstva /Športová hala Mladosť,  
Trnavská cesta 39, Bratislava  
Mobil: +421 903 707995

### 2.4 Reprezentační tréneri

2.4.1 Hlavný tréner zodpovedný za fleuretový team – Jozef NAGY

2.4.2 Asistenti reprezentačného trénera, poverení vedením družstiev:  
Fleuret muži – Ing. Július KRÁLIK

2.4.3 Tréneri reprezentantov:  
Jozef NAGY  
Ing. Július KRÁLIK  
Mgr. David KRÁLIK  
Zoltán SÁRMÁNY st.

### 2.5 Povinnosti trénerov reprezentácie SŠZ

2.5.1 Reprezentačný tréner zbrane

- Analyzuje súčasný stav zbrane vo všetkých vekových kategóriách
- Spolupracuje pri tvorbe kalendára a vytvára plán prípravy fleuretovej reprezentácie SR na danú sezónu
- Po konzultácii s asistentmi reprezentačného trénera a trénermi reprezentantov, navrhuje nomináciu pretekárov na turnaje (EPK, SPJ, SP, MEK, MSK, MEJ, MSJ, ME-U23, ME, MS, Univerziáda), krátkodobé výcvikové tábory, sústredenia
- Zúčastňuje sa vyššie uvedených podujatí a sleduje výkonnosť, ako i tréningovú dochádzku a morálku jednotlivých reprezentantov
- Stanovuje výkonnostné ciele pre jednotlivých pretekárov
- Spolupracuje a koordinuje prácu asistentov reprezentačného trénera a trénerov reprezentantov, ich účasť na reprezentačných akciách
- Vypracováva plán prípravy pre reprezentantov na vrcholné podujatia a špecifikuje finančné požiadavky na realizáciu úloh plánu
- Zabezpečuje a organizuje reprezentačné tréningy, víkendové sústredenia, sústredenia pred vrcholmi sezóny
- Vede a pravidelne vyhodnocuje plnenie nominačných kritérií reprezentantov
- Zúčastňuje sa schôdzí Trénerskej rady a Predsedníctva SŠZ, kde informuje o činnosti reprezentácie
- Sleduje talenty ako vhodných adeptov do reprezentácie v budúcnosti a usmerňuje ich vývoj radami pre osobných trénerov
- Na turnajoch a sústredeniach pracuje s nominovanými pretekármi

2.5.2 Asistenti reprezentačného trénera

- Spolupracujú s hlavným trénerom
- Dávajú návrhy na nomináciu jednotlivých reprezentantov a pretekárov na akcie, konané pod záštitou SŠZ

- Zúčastňujú sa turnajov, sústredení, krátkodobých výcvikových táborov, kde vedú jednotlivé reprezentačné družstvá
- Podávajú správu reprezentačnému trénerovi zbrane o jednotlivých akciách, na ktorých sa zúčastnili
- Na turnajoch a sústredeniach pracujú s nominovanými pretekármi
- Aktívne sa zúčastňujú trénerskej rady SŠZ

#### 2.5.2 Tréneri jednotlivých reprezentantov

- Spolupracujú s reprezentačným trénerom zbrane a asistentmi reprezentačného trénera
- Na základe plánu prípravy reprezentačných družstiev vytvárajú plán prípravy reprezentantov
- Sledujú výkonnosť, dochádzku, tréningovú morálku svojich zverencov
- V prípade vynechania nominačných turnajov, respektíve zmene plánu prípravy reprezentácie, konzultujú to s reprezentačným trénerom zbrane
- Zabezpečujú účasť reprezentantov na reprezentačných tréningoch, zrazoch, respektíve na povinných zdravotných prehliadkach a funkčných vyšetreniach
- Aktívne sa zúčastňujú trénerskej rady SŠZ

## 2.6 Ciele sezóny

2.6.1 Kvalifikácia na MEK, MSK, MEJ, MSJ, ME-U23

2.6.2 EPK 2018-19 1x do 32 miesta  
 SPJ 2018-19 1x do 64 miesta  
 SP 2018-19 1 x do 80 miesta

2.6.3 MEK 2019 1 x 32 miesta  
 MSK 2019 1x do 64 miesta  
 MEJ 2019 1x do 32 miesta  
 MSJ 2019 1x do 64 miesta  
 ME-U23 1x do 32 miesta

2.6.4 ME 1x do 32 miesta  
 MS 1 x do 64 miesta

## 2.7 Reprezentačné družstvá

2.7.1 Fleuret kadetky: A: Barbara BODOVÁ,  
 REZERVA: Boglárka BUDAY, Rebeka CSÉFALVAYOVÁ

2.7.2 Fleuret kadeti: A: Zoltán SÁRMÁNY, Leopold KUČHTA, Bendegúz GYÖRGY  
 Ákos PIRK, Arpád FAZEKAS  
 REZERVA: Dominik BIELČÍK

2.7.3 Fleuret juniorky: A: Veronika KRÁLIKOVÁ, Gaia CANTUCCI  
 REZERVA: Jázmin UDVARDI, Karolína CSÉFALVAYOVÁ,  
 Vivien BARTALOVÁ, Boglárka BUDAY

2.7.4 Fleuret junióri: A: Roman KRÁLIK  
 REZERVA: Adam ZEMAN, Zoltán SÁRMÁNY, Leopold KUČHTA, Bendegúz GYÖRGY



- 2.7.5 Fleuret ženy 23: A: Kitti BITTEROVÁ, Veronika KRÁLIKOVÁ, Gaia CANTUCCI  
REZERVA: Karolína CSÉFALVAYOVÁ, Jázmin UDVARDI, Boglárka BUDAY, Vivien BARTALOVÁ
- 2.7.6 Fleuret muži 23: A:  
REZERVA: Roman KRÁLIK, Adam ZEMAN
- 2.7.7 Fleuret seniorky: A: Michala CELLEROVÁ, Kitti BITTEROVÁ  
REZERVA: Veronika KRÁLIKOVÁ
- 2.7.8 Fleuret seniori: A: Cedric SERRI, Andrej KRÁLIK  
REZERVA: Samuel BLANÁR, Adam ZEMAN, Rastislav SIMEUNOVIČ, Roman KRÁLIK

## III. Metodické pokyny pre reprezentantov

### 3.1 Tímové pravidlá

- 3.1.1 Reprezentanti svojím podpisom potvrdzujú (v prípade, že reprezentant v deň podpísania práv a povinností reprezentantov nedovŕšil 18. rokov, podpisujú uvedenú preambulu aj rodičia reprezentanta), že prečítali práva a povinnosti reprezentantov a budú sa nimi riadiť( príloha č.1.).
- 3.1.2 Účasť na reprezentačných tréningoch, turnajoch, sústredeniach a krátkodobých výcvikových táboroch reprezentácie, na ktoré si bol nominovaný, je povinná. V prípade neúčasti je nutné bez otáľania informovať hlavného trénera, po prípadne reprezentačných trénerov ešte pred podujatím. Neinformovanie hlavného trénera, prípadne reprezentačných trénerov o neúčasti na akcii, na ktorú si bol nominovaný SŠZ, má za následok vylúčenie z reprezentačného kádra.
- 3.1.3 Akékoľvek porušenie správnej životosprávy športovca (alkohol, drogy, fajčenie, užitie nedovolených podporných prostriedkov) má za následok okamžité vylúčenie z akcie, vrátenie finančných prostriedkov poskytnutých na akciu Slovenskému šermiarskemu zväzu a odcestovanie domov na vlastné náklady.
- 3.1.4 Rozdiel medzi A tímom a Rezervou: Členovia „A tímu“ cestujú na niektoré nominačné turnaje sústredenia na náklady SŠZ, členovia „Rezervy“ až po dosiahnutí adekvátnych výsledkov.

### 3.2. Predsezónne požiadavky na fyzickú zdatnosť a zdravotné vyšetrenie

- 3.2.1 Reprezentanti sa pred zahájením novej sezóny zodpovedným prístupom starajú o udržanie všeobecnej fyzickej zdatnosti formou rekreačného športovania.
- 3.2.2 V septembri, najneskôr v októbri 2018 členovia A tímu, a Rezervy absolvujú všeobecnú lekársku prehliadku a funkčné testy u pani. MUDr. Aleny Urvayovej v športovej hale Mladosť, poprípade na inom akreditovanom pracovisku (SPORTMED). Dosiahnuté výsledky dodajú hlavnému trénerovi najneskôr do 14 dní po absolvovaní vyšetrenia.

### 3.3. Požiadavky na poistenie športovcov

- 3.3.1 Slovenský šermiarsky zväz podpísal zmluvu s poisťovňou MetLife Amslico o zdravotnom a úrazovom poistení pre svojich členov a osoby, ktoré pretekárov sprevádzajú na preteky, sústredenia a krátkodobé výcvikové tábory do zahraničia. Poistenie zahŕňa aj meškanie lietadla, stratu batožiny, pobyt rodičov v prípade hospitalizácie šermiara... Kompletná zmluva a podmienky sú na webovej stránke SŠZ / [www.slovak-fencing.sk](http://www.slovak-fencing.sk) /.Je potrebné si ich prečítať, aby ste vedeli, na čo máte nárok. Za reprezentantov, ktorí sú oficiálne vysielaní SŠZ na EPK, SPJ, SP, GP, MEK, MSK, MEJ, MSJ, ME-U23, ME, MS, Univerziádu a pobyt majú hradený, poistné platí zväz. Na turnaje, na ktoré SŠZ nehradí pobyt si pretekári môžu uplatniť uvedené poistné zaplatením sumy 2,16 € (územná platnosť Európa) a 3,18 € (územná platnosť svet). Bližšie informácie podá hlavný tréner resp. generálny sekretár SŠZ. Tréner, poverený vedením reprezentačného družstva obdrží kartičku s telefónnym číslom, ktoré voláte v prípade poistnej udalosti: č. tel. **+421 2 20 678 678** Zároveň musíte povedať číslo poistnej zmluvy **316.019** a svoje meno. Kartičku nemusíte mať so sebou, podstatné je, aby ste vedeli tieto dve čísla.

### **3.4. Riziká daného športu**

#### **3.4.1 Športová výstroj a výzbroj.**

Šerm patrí medzi bezpečné športy čo sa výstroja a výzbroje týka. Na vyššie uvedených podujatiach sa pred súťažou povinne kontroluje dodržanie bezpečnostných pravidiel čo sa týka výstroja a výzbroje pretekára.

Na tréningoch a sústrezeniach je reprezentant povinný kontrolovať a nastupovať na tréning v bezpečnostne nepoškodených súčiastiach výstroja (maska, plastron, rukavica, spodná vestička, nohavice, ponožky) a výzbroje (čepele maragin certifikované FIE).

3.4.2 Šerm je športom, ktorý sa za dodržania obecných podmienok tréningu dá vykonávať pomerne bezpečne. Kládne vyššie nároky na kolená a chrbticu. Preto je potrebné, aby sa pretekári na začiatku tréningu dôkladne rozcvičili, aby pri jednotlivých cvičeniach kládli dôraz na korektné prevedenie, dbali na pokyny a usmernenia trénera počas tréningu a na konci tréningu venovali zvýšenú pozornosť strečingovým cvičeniam.

3.4.3 Platí obecné pravidlo, že zbraňou /fleuretom/ neohrozujeme súpera, ktorý nemá na hlave masku, resp. nie je oblečený do šermiarskeho výstroja.

### **3.5. Finančné zabezpečenie akcií**

3.5.1 Všetky akcie, ktoré sa nachádzajú v pláne prípravy a sú hradené SŠZ, sú pre reprezentantov povinné, akcie ktoré sa v pláne nachádzajú, ale nie sú hradené SŠZ, sú doporučené, v prípade nominácie na ME a MS príslušných vekových kategórií sú uvedené vrcholy pre reprezentantov povinné, neodôvodnená neúčast' vedie k vylúčeniu z reprezentácie.

3.5.2 Pre reprezentantov, ktorí v uplynulej sezóne bodovali do SP, respektíve SPJ hradí licenciu FIE Slovenský šermiarsky zväz. Ostatní reprezentanti hradia licenciu FIE sami v hodnote 27 €. Licenciu EFC si kupujú reprezentanti sami cez materské kluby.

### **3.6. Športový materiál**

3.6.1 Reprezentant SŠZ obdrží reprezentačný športový úbor, ktorý je povinný nosiť na všetkých akciách (sústrezeniach, turnajoch, propagačných akciách) zabezpečených SŠZ. V prípade straty si musí reprezentačný športový úbor zakúpiť na sekretariáte zväzu.

3.6.2 Na MEK, MSK, MEJ, MSJ, ME, MS pretekári obdržia šermiarsku výstroj a výzbroj vo finančných možnostiach zbrane, resp. SŠZ.

### **3.7. Kritériá výberu do reprezentačných družstiev**

3.7.1 Reprezentačné družstvá i počet pretekárov a pretekárook v jednotlivých družstvách stanovuje hlavný tréner na základe morálnych vlastností, motivácie, dochádzky a dosiahnutých výsledkov v Slovenskom pohári danej vekovej kategórie, dosiahnutej v predošlom roku 2 x za sezónu /pred začiatkom sezóny v auguste príslušného roku a na konci decembra toho istého roku/

### **3.8. Nominačné kritériá na vrcholy sezóny**

#### **3.8.1 MEK A limit 16 bodov do EPK**

Fleuret kadeti /Manchester, Budapešť, Mödling, Halle, Bratislava, Varšava/  
Fleuret kadetky /Budapešť, Šamorín, Mödling, Tauber, Poznaň, Satu Mare/

Minimálna požiadavka r.t. 8 bodov do EPK

Fleuret kadeti /Manchester, Budapešť, Mödling, Halle, Bratislava, Varšava/  
Fleuret kadetky /Budapešť, Šamorín, Mödling, Tauber, Poznaň, Satu Mare/

3.8.2. MSK A limit 16 bodov do EPK

Fleuret kadeti /Manchester, Budapešť, Mödling, Halle, Bratislava, Varšava/  
Fleuret kadetky /Budapešť, Šamorín, Mödling, Tauber, Poznaň, Satu Mare/

Minimálna požiadavka r.t. 8 bodov do EPK

Fleuret kadeti /Budapešť, Mödling, Halle, Bratislava, Pisa, Varšava/  
Fleuret kadetky /Budapešť, Šamorín, Mödling, Tauber, Poznaň, Satu Mare/

3.8.3. MEJ A limit 10 bodov do SPJ

Fleuret junióri /Londýn, Bangkok, Havana, Udine, Aix en Provence, , Leszno /  
Fleuret juniorky /Londýn, Sofia, Havana, Udine, Zagreb, Bochum /

Minimálna požiadavka r.t. 4 body do SPJ

Fleuret junióri / Londýn, Bangkok, Havana, Udine, Aix en Provence, , Leszno /  
Fleuret juniorky / Londýn, Sofia, Havana, Udine, Zagreb, Bochum /

3.8.4. MSJ A limit 10 bodov do SPJ

Fleuret junióri /Londýn, Bangkok, Udine, Aix en Provence, Leszno, Terrassa/  
Fleuret juniorky /Londýn, Sofia, Udine, Zagreb, Bochum, Mödling/

Minimálna požiadavka r.t. 4 body do SPJ

Fleuret junióri / Londýn, Bangkok, Udine, Aix en Provence, Leszno, Terrassa /  
Fleuret juniorky / Londýn, Sofia, Udine, Zagreb, Bochum, Mödling /

V prípade finálového umiestnenia na MEK automaticky účasť na MSK  
a v prípade, ak nominačné kritériá na MSJ splnilo menej ako tri dievčatá, chlapci  
účasť aj na MSJ.

3.8.5 ME U-23 A limit 10 bodov do Európskeho pohára U-23

Fleuret muži U23 /Bratislava, Kodaň, Budapešť, Mödling, Brno/  
Fleuret ženy U23 / Bratislava, Kodaň, Budapešť, Mödling, Brno /

Minimálna požiadavka r.t. 4 bodov do Európskeho pohára U-23

Fleuret muži U23 / Bratislava, Kodaň, Budapešť, Mödling, Brno /  
Fleuret ženy U23 / Bratislava, Kodaň, Budapešť, Mödling, Brno /

3.8.6 ME A limit 8 bodov do SP

Body zo všetkých Satelitov FIE, Svetových pohárov, Grand Prix  
Minimálna požiadavka r.t.: subjektívne na základe nominačného rebríčka  
Body zo všetkých Satelitov FIE, Svetových pohárov, Grand Prix

3.8.7 MS A limit 8 bodov do SP

Body zo všetkých Satelitov FIE, Svetových pohárov, Grand Prix  
Minimálna požiadavka r.t.: subjektívne na základe nominačného rebríčka  
Body zo všetkých Satelitov FIE, Svetových pohárov, Grand Prix

## 4.0 Plán prípravy kad., jun., a seniorov v šerme fleuretom na sezónu 2018-19

### 4.1 Vyhodnotenie dlhodobých cieľov:

4.1.1 **Dlhodobé** : v rokoch 2019-2022 aspoň jedno finálové umiestnenie na MEK, MEJ, MSK alebo MSJ.

#### 4.1.2. Dielčie ciele :

<u>sezóna 2012-2013</u>	účasť pretekárov (2-3) na MSJ - umiestnenie 1x16 a 1x32 miesta – <b>nesplnené</b>	
<u>sezóna 2013-2014</u>	účasť pretekárov (2-3) na MEK – umiestnenie 1 x 8 - <b>nesplnené</b>	
<u>sezóna 2013-2014</u>	účasť pretekárov (2-3) na MEJ – umiestnenie 1 x 16. miesta - <b>nesplnené</b>	
<u>sezóna 2013-2014</u>	účasť pretek. (1-2)na MSK - umiestnenie 1x finále, 1 x 32 miesta – <b>splnené čiast.</b>	(R. Pirk 26. m.)
<u>sezóna 2013-2014</u>	účasť pretek. (2-3) na MSJ - umiestnenie 1 x 16 a 1 x 32 miesta – <b>splnené čiast.</b>	(M. Cellerová 26.m.)
<u>sezóna 2016-2017</u>	účasť pretekárov (2-3) na MEK – umiestnenie 1 x 64 - <b>nesplnené</b>	
	účasť pretekárov (2-3) na MEJ – umiestnenie 1 x 32. miesta - <b>splnené</b>	(24.m. Vi. Králiková, 27.m. K. Bitterová)
	účasť pretek. (1-2)na MSK - umiestnenie 1 x 64 miesta <b>splnené</b>	(J. Udvardi 63. m.)
	účasť pretek. (2-3) na MSJ - umiestnenie1 x 32 miesta – <b>nesplnené</b>	
	účasť pretek. (2-3)na ME U23 - umiestnenie 1 x 32 miesta - <b>splnené</b>	(23.m. K. Bitterová, 32. M. Cellerová)
	účasť pretek. (2-3) na ME - umiestnenie1 x 32 miesta – <b>splnené</b>	(M. Cellerová 24. m.)
<u>sezóna 2017-2018</u>	účasť pretekárov (2-3) na MEK – umiestnenie 1 x 32 – <b>splnené</b>	(G.Cantucci 22.m.) (družstvo 6.m.)
	účasť pretekárov (2-3) na MEJ – umiestnenie 1 x 32. miesta - <b>neštartovali</b>	
	účasť pretek. (1-2)na MSK - umiestnenie 1 x 64 miesta <b>splnené</b>	(Ve. Králiková 43. m.) (G.Cantucci 56.m.)
	účasť pretek. (2-3) na MSJ - umiestnenie1 x 64 miesta – <b>nesplnené</b>	
	účasť pretek. (2-3)na ME U23 - umiestnenie 1 x 32 miesta - <b>splnené</b>	(K. Bitterová 22.m.)
	účasť pretek. (2-3) na ME - umiestnenie1 x 32 miesta – <b>nesplnené</b>	
	účasť pretek. (2-3) na MS - umiestnenie1 x 64 miesta – <b>splnené</b>	(C.Serri 39.m.)

### 4.2. Analýza predchádzajúcej sezóny, zhodnotenie plnenia dielčích úloh:

4.2.1 Kadeti: V kategórii kadetov sme v uplynulej sezóne nedisponovali pretekármi, ktorý by sa dôraznejšie vedeli presadiť na Európskych pohároch, respektíve Majstrovstvách Európy a sveta kadetov. Najskúsenejšími kadetmi, ktorí sa pravidelne zúčastňovali Európskeho pohára kadetov boli: Roman KRÁLIK (ročník 2001) poslednú sezónu kadet, Zoltán SÁRMÁNY (ročník 2002) a Leopold KUČHTA (ročník 2003) prvým rokom kadet, ktorí sa počas sezóny snažili o splnenie aspoň nutných kritérií na Majstrovstvách Európy kadetov a Majstrovstvách sveta kadetov. Okrem uvedených pretekárov sa niektorých turnajov kadetského okruhu zúčastnil aj Dominik BIELČÍK (ročník 2003) a Bendegúz GYÖRGY (ročník 2004), ktorí však ešte len zbierali skúsenosti do nasledujúcich sezón.. Nakoniec sa splniť B limit podarilo len Leopoldovi Kuchtovi, ktorého šerm bol zo všetkých našich pretekárov aj

najviac takticky vyspelí, pričom aj po fyzickej strane vedel súperom konkurovať. Romanovi Králikovi chýbala asi najviac technická zručnosť a Zoltán Sármany zašermoval asi najmenej takticky.

Kadetom sa v uplynulej sezóne darilo do Európskeho pohára kadetov získať nasledovný počet bodov:

Leopold KUČHTA	- 32 bodov do hodnotenia EPK (103.m.) v roku 2017	6 b. - 319. miesto
Zoltán SÁRMÁNY	- 18 bodov do hodnotenia EPK (194.m.) v roku 2017	6 b. - 318. miesto
Bendegúz GYÖRGY	- 12 bodov do hodnotenia EPK (210.m.) v roku 2017	neštartoval
Roman KRÁLIK	- 12 body do hodnotenia EPK (227.m.) v roku 2017	3 b.- 506. miesto
Dominik BIELČÍK	- 0 bodov do hodnotenia EPK (555.m.) v roku 2017	0 b. - 605. miesto

4.2.2 Juniori: V kategórii juniorov sme v uplynulom roku disponovali len jediným juniorom Martinom GVOTHOM (Henrikom EGYENES PÖRSÖK sa vzdal reprezentácie kvôli študijným povinnostiam), ktorí absolvoval celú juniorskú sezónu. Okrem neho v juniorskom veku bol aj Adam ZEMAN, ktorí však štartoval len na jednom Svetovom pohári juniorov pričom od uvedenej vekovej kategórie už značne zaostáva. Okrem nich sa turnajov SPJ (Leszno, Udine) zúčastnil aj Roman Králik, ktorí bol kadetom posledným rokom, ale podobne ako Adam na uvedenú vekovú kategóriu ešte nemá. Martinovi Gvothovi sa nakoniec z troch absolvovaných Svetových pohárov juniorov podarilo bodovať len v Udine (postup do bodovanej 96-ky) a tak žiaľ v tejto vekovej kategórii sa nikto ani len nepriblížil k splneniu nominačných kritérií na MEJ, MSJ. Žiaľ situácia sa nebude zlepšovať ani v nasledujúcej sezóne, nakoľko M. Gvoth sa kvôli študijným povinnostiam tiež ako Henrik vzdáva reprezentácie SR a Zeman a R. Králik sa nepohybujú na medzinárodnej úrovni tejto vekovej kategórie.

Juniorom a kadetom sa v uplynulej sezóne podarilo do SPJ získať nasledovný počet bodov:

Martin GVOTH	- 1 bod do hodnotenia SPJ (323. m.) v roku 2017	0.b. - 415. miesto
Roman KRÁLIK	- 0 bodov do hodnotenia SPJ (491. m.) v roku 2017	0.b. - 543. miesto
Adam ZEMAN	- 0 bodov do hodnotenia SPJ (528.m.) v roku 2017	0.b. - 481. miesto

4.2.3 Seniori: V kategórii seniorov sme v uplynulej sezóne disponovali dvojicou pretekárov Cedrik SERRI a Andrej KRÁLIK, ktorý k reprezentačným povinnostiam pristupovali najzodpovednejšie pričom okolo nich sa vytvorila ďalšia skupina seniorov z Klubu STU Bratislava (Rastislav SIMEUNOVIČ, Samuel BLANÁR, + juniori), ktorí sa snažili štartovať na podujatiach Európskeho pohára U23, Satelitoch FIE, pričom A.KRÁLIK a C.SERRI aj na Svetových pohároch, Grand Prix, Majstrovstvách Európy. Vrchol pre Cedrika boli Majstrovstvá Sveta 209 vo Wuxi, kde dosiahol najlepší výsledok Slovenského fleuretistu 39. miesto Rastislav Simeunovič (38.m.) a Adam Zeman (41.m.) štartovali aj na ME U23 v Jerevane.

Chlapcom sa v uplynulej sezóne podarilo do EP U-23 získať nasledovný počet bodov:

Rastislav SIMEUNOVIČ	- 9 bodov do hodnotenia EPU23 ( 85. m.) v roku 2017	6 b - 112. miesto
Adam ZEMAN	- 8 body do hodnotenia EPU23 (127.m.) v roku 2017	2 b - 245. miesto
Martin GVOTH	- 4 bodov do hodnotenia EPU23 (191.m.) v roku 2017	6 b - 111. miesto
Roman KRÁLIK	- 2 body do hodnotenia EPU23 (244.m.) v roku 2017	0 b - 431. miesto

Chlapcom sa v uplynulej sezóne podarilo do SP získať nasledovný počet bodov:

Cedrik SERRI	- 4 body do hodnotenia SP (100.m.) v roku 2017	4 b - 185. miesto
Andrej KRÁLIK	- 0 bodov do hodnotenia SP (327.m.) v roku 2017	0 b - 397. miesto
Samuel BLANÁR	- 0 bodov do hodnotenia SP (348.m.) v roku 2017	neštartoval
Adam ZEMAN	- 0 bodov do hodnotenia SP (406.m.) v roku 2017	0 b - 541. miesto
Rastislav SIMEUNOVIČ	- 0 bodov do hodnotenia SP (485.m.) v roku 2017	0 b - 512. miesto

Martin GVOTH	- 0 bodov do hodnotenia SP (571.m.)	v roku 2017	0 b – 451. miesto
Roman KRÁLIK	- 0. bodov do hodnotenia SP (664. m.)	v roku 2017	neštartoval

4.2.4 Kadetky: V kategórii kadetiek sme v uplynulej sezóne najsilnejším družstvom pretekárok za posledné roky. Jadro tvorila skúsená trojica Veronika KRÁLIKOVÁ (ročník 2001), Jázmin UDVARDI (ročník 2001) a Gaia CANTUCCI (ročník 2001), ktoré boli posledným rokom kadetkami. Svoje kvality preukazovali umiestneniami na Európskych pohároch kadetiek, kde sa pravidelne umiestňovali v prvej 32-ke elitných šermiarok pričom Jázmin a Gaia excelovali na Európskom pohári v Manchestri keď sa prebojovali do finále (Jázmin obsadila 2.miesto a Gaia 5.miesto). Výborné bolo, že uvedené pretekárky tesne nasledovala skupina len o málo menej vyspelých šermiarok vedená Boglárkou BUDAY (ročník 2002), ktorá nakoniec aj ako štvrtá splnila limit na Majstrovstvá Európy kadetiek. Nominovaná však kvôli poľaveniu v tréningu nakoniec nebola. Do tejto skupiny ešte patrili Vivien BARTALOVÁ (ročník 2001), Eszter GYÖRGY (ročník 2002), ktorá však v novej sezóne už reprezentovať nebude, kvôli pokračovaniu štúdií v cudzine, Barbara BODOVÁ (ročník 2003) a Rebeka CSÉFALVAYOVÁ (ročník 2003). Vďaka viacročnej práci s celou skupinou sa na Majstrovstvách Európy kadetiek 2018 v Sochi družstvu zloženej z trojice KRÁLIKOVÁ, UDVARDI, CANTUCCI podarilo dosiahnuť najväčší úspech za posledné roky čím bolo 6. miesto v súťaži družstiev.

Dievčatám sa v uplynulej sezóne darilo do Európskeho pohára kadetiek získať nasledovný počet bodov:

Jázmin UDVARDY	- 126,0 bodov do hodnotenia EPK ( 23.m.)	v roku 2017	36 b. – 107 miesto
Gaia CANTUCCI	- 93,0 bodov do hodnotenia EPK ( 31.m.)	v roku 2017	7 b. - 248 miesto
Veronika KRÁLIKOVÁ	- 60,0 bodov do hodnotenia EPK ( 51. m.)	v roku 2017	24 b. – 176 miesto
Boglárka BUDAY	- 32,0 bodov do hodnotenia EPK ( 92. m.)	v roku 2017	33 b. – 89 miesto
Vivien BARTALOVÁ	- 29,0 bodov do hodnotenia EPK (103. m.)	v roku 2017	18 b. – 156 miesto
Eszter GYÖRGY	- 18,0 bodov do hodnotenia EPK (148.m.)	v roku 2017	20 b. – 143 miesto
Barbara BODA	- 15,0 bodov do hodnotenia EPK (162. m.)	v roku 2017	40 b. – 96 miesto
Rebeka CSÉFALVAYOVÁ	-7,0 bodov do hodnotenia EPK (260.m.)	v roku 2017	0 b. - 489. miesto

4.2.5 Juniorky: V kategórii junioriek sme v uplynulej sezóne disponovali trojicou pretekárok, z ktorých sa medzinárodne vedela presadiť len najskúsenejšia Viktória KRÁLIKOVÁ, ktorá sa však počas sezóny vzdala reprezentácie. Karolína CSÉFALVAYOVÁ (ročník 1999) a MEDELSKÁ (ročník 2000) sa silnej konkurencii junioriek presadiť nevedeli. Okrem nich sa Svetových pohárov junioriek pravidelne zúčastňovali kadetky: Veronika KRÁLIKOVÁ, Gaia CANTUCCI, Jázmin UDVARDI, Vivien BARTALOVÁ a SPJ sa v úvode sezóny zúčastnila aj Boglárka BUDAY. Kým na Majstrovstvá Európy junioriek sa minimálnu požiadavku trénera nepodarilo splniť ani jednej pretekárke, zatiaľ dosiahnutými výsledkami na poslednom Svetovom pohári junioriek v Modlingu sa na Majstrovstvá sveta junioriek kvalifikovali Jázmin UDVARDI a Veronika KRÁLIKOVÁ. Len tieto dve pretekárky sa počas s uplynulej sezóny prebojovali do 64. člennej eliminácie, Veronika v Zagrebe (46. miesto) a Jázmin v Modlingu (45. miesto). Majstrovstiev sveta sa zúčastnili z cieľom zisku skúseností z tejto vekovej kategórie..

Dievčatám sa v uplynulej sezóne podarilo do SPJ získať nasledovný počet bodov:

Jázmin UDVARDI	- 4 body do hodnotenia SPJ (219. m.)	v roku 2017	neštartovala
Veronika KRÁLIKOVÁ	- 4 body do hodnotenia SPJ (220. m.)	v roku 2017	4,0 b. – 214. miesto
Viktória KRÁLIKOVÁ	- 2 body do hodnotenia SPJ (267. m.)	v roku 2017	17,5 b. - 89. miesto
Gaia CANTUCCI	- 1 bod do hodnotenia SPJ (304. m.)	v roku 2017	neštartovala

Karolína CSÉFALVAY	- 0 bodov do hodnotenia SPJ (387. m.)	v roku 2017	0,0 b. – 337. miesto
Vivien BARTALOVÁ	- 0 bodov do hodnotenia SPJ (391. m.)	v roku 2017	neštartovala
Boglárka BUDAY	- 0 bodov do hodnotenia SPJ (393.m.)	v roku 2017	neštartovala

4.2.6 Seniorky: V kategórii senioriek nás reprezentovali seniorka Michala CELLEROVÁ, ktorá však kvôli študijným povinnostiam túto sezónu vypúšťala a Kitti BITTEROVÁ, ktorá sa sústredila na turnaje U23, pričom sa snažila na základe plánu prípravy zúčastňovať a bodovať aj do Svetového pohára senioriek. Nakoniec v konečnom hodnotení Európskeho pohára U23 obsadila pekné 6 miesto, pričom sa jej darilo aj bodovať do svetového pohára senioriek. Zúčastnila sa Majstrovstiev Európy U23, kde dosiahla 22. miesto, Na majstrovstvách Európy senioriek sa z úvodného kola do eliminácie prebojovala, ale v zápase o postup medzi najlepších 32 ju tesne zastavila Aida MOHAMED z Maďarska, ktorá zápas otočila až tesne pred koncom. Na majstrovstvách sveta vo Wuxi už šla Kitti lepšie pripravená zašermovala dobre úvodnú skupinu, dosiahla 4 víťazstvá a dve prehry ale v zápase o postup do elitnej 64 prehrala po vedení 13:10 z Angličankou Beardmore po veľkých taktických chybách. Kvôli štúdiu na FTVŠ 3. ročník, jej príprava nebola ideálna napriek tomu naznačila počas sezóny progres, čo sa odzrkadlilo aj v konečnom poradí Európskeho pohára U23 a Svetového pohára senioriek.

Dievčatám sa v uplynulej sezóne podarilo do EP U-23 získať nasledovný počet bodov:

Kitti BITTEROVÁ	- 60 bodov do hodnotenia EPU23 ( 6. m.)	v roku 2017	42 b. - 7. miesto
Karolína CSÉFALVAY	- 4 body do hodnotenia EPU23 (167. m.)	v roku 2017	neštartovala
Viktória KRÁLIKOVÁ	- 2 body do hodnotenia EPU23 (230. m.)	v roku 2017	16 b. –49. miesto
Barbora MEDELSKÁ	- 0 bodov do hodnotenia EPU23 (293. m.)	v roku 2017	neštartovala
Veronika KRÁLIKOVÁ	- 0 bodov do hodnotenia EPU23 (299. m.)	v roku 2017	14 b. – 57. miesto

Dievčatám sa v uplynulej sezóne podarilo do SP získať nasledovný počet bodov:

Kitti BITTEROVÁ	- 8. bodov do hodnotenia SP (139. m.)	v roku 2017	1,0.b. – 279. miesto
Michala CELLEROVÁ	- 0. bodov do hodnotenia SP (310. m.)	v roku 2017	7,5.b. - 132. miesto
Veronika KRÁLIKOVÁ	- 0. bodov do hodnotenia SP (342. m.)	v roku 2017	0,0.b. - 311. miesto
Viktória KRÁLIKOVÁ	- 0. bodov do hodnotenia SP (400. m.)	v roku 2017	0,0.b. - 295. miesto
Karolína CSÉFALVAY	- 0. bodov do hodnotenia SP (415. m.)	v roku 2017	neštartoval

#### 4.2.7. Sezóna 2018-2019

V sezóne 2018-2019 disponuje SŠZ žiaľ menším počtom skúsených pretekárov, v kategórii juniorov bude situácia kritická (kvôli štúdiu nešermujú EGYENES, GVOETH, ZEMAN nedosahuje patričnú výkonnosť, kadeti sú na juniorské SP neskúsení. V senioroch bude situácia lepšia a u kadetov by sa už v tejto sezóne mohla prejavovať odvedená práca a manažment mladých pretekárov za posledné roky.

- I. Cedrik SERRI – pretekár z najlepšimi medzinárodnými skúsenosťami schopný bodovať aj na svetových pohároch, Grand Prix a Majstrovstvách Európy i Sveta, Andrej KRÁLIK, ktorý sa už v minulej sezóne, ktorí sa už v minulej sezóne prejavil cieľavedomou prípravou s cieľom splniť nominačné kritériá na vrcholy sezóny, bude vytvárať Cedrikovi sparing pri dosiahnutí cieľu kvalifikácie na OH 2020..
- II. Samuel BLANÁR, Rastislav SIMEUNOVIČ, Adam ZEMAN s cieľom plnenia plánu prípravy, ktorá zabezpečí kvalifikáciu na vrcholy sezóny vo svojej vekovej kategórii.



- III. Roman KRÁLIK, Zoltán SÁRMÁNY, Leopold KUČHTA, Bendegúz GYÖRGY, Arpád FAZEKAS, Ákos PIRK, Dominik BIELČÍK, budú mať za cieľ zabojsovať o nomináciu na Majstrovstvá Európy a Sveta vo vlastnej vekovej kategórii..

V sezóne 2017-2018 disponuje SŠZ žiaľ menším počtom skúsených pretekárov, ktoré budem zase musieť doplniť veľmi mladými pretekárkami..

- I. Kitti BITTEROVÁ – druhým rokom seniorka, skúsená pretekárka, ktorej nechýba taktická, technická vyzretosť ani motivácia, pripravovať sa bude v Budapešti pomocný tréner Marco Goncalves), osobný tréner Jozef Nagy, Michala CELLEROVÁ – štvrtým rokom seniorka – ,ktorá sa nominačných turnajov bude zúčastňovať spolu s Bitterovou, s cieľom zabojsovať o postup na OH 2020.
- II. Veronika KRÁLIKOVÁ, Jázmin UDVARDI prvým rokom juniorky - fyzicky dobre disponované, ktorá ktoré už majú veľké skúsenosti z vrcholných turnajov, Doplniť ich budú Gaia CANTUCCI (prvým rokom juniorka), Karolína CSÉFALVAYOVÁ – posledným rokom juniorka, Boglárka BUDAY (posledným rokom kadetka) a Vivien BARTALOVÁ (prvým rokom juniorka) ktoré majú trochu nižšiu výkonnosť a až na CSÉFLVAYOVÚ aj skúsenosti. Z uvedených pretekárov sa pokúsime zostaviť družstvo, ktoré nás bude reprezentovať v kategórii junioriek na MEJ a MSJ.
- III. Za uvedenými pretekárkami nasledujú mladé pretekárky: Barbara BODA Barbra MEDELSKÁ a Rebeka CSÉFALVAYOVÁ – z ktorých BODA a CSÉFALVAY spolu s BUDAY budú tvoriť kadetské družstvo SR.

#### 4.3.1 Forma manažmentu:

Aby sa nám podarilo udržať uvedené pretekárky, bude musieť SŠZ vytvoriť podmienky, ktoré zabezpečia v očiach pretekárov, ale aj trénerov reálnosť dosiahnutie výkonnostných cieľov.

Medzi zásadné podmienky počítam zabezpečenie potrebného počtu EPK, svetových pohárov junioriek svetových pohárov a satelitných turnajov pre seniorky, zabezpečenie športového materiálu, sústredení a účasť na vrcholných podujatiach príslušných vekových kategórií.

### **4.3 PLÁN PRÍPRAVY NA SEZÓNU 2018-19.**

Keďže aj výkonnostné ciele kvalifikácie na MSKaJ sú pre kadetov/ky body z európskeho pohára kadetov/tiek, a pre juniorov/ky body zo svetového pohára juniorov/iek (oba typy súťaží sa termínovo skoro prekrývajú), pričom MEKaJ, a súčasne aj MSKaJ 2019 sa konajú v približne rovnakom termíne, bude plán prípravy na sezónu 2018-2019 pre obe vekové skupiny rovnaký, modifikovaný len v závislosti na termínoch EPK a SPJ.

Keďže v súčasnosti disponujeme dvomi seniorkami: Michalou CELLEROVOU a Kitti BITTEROVOU, pre obe bude hlavnou úlohou sezóny vybojovať postup na ME a MS 2019, Pre Kitti aj vybojovať postup na ME U23.

V senioroch je situácia horšia, V súčasnosti disponujeme dvomi pretekármi ochotnými systematicky pracovať na svojich výkonoch (Cedrik SERRI, Andrej KRÁLIK). Ostatní seniori v minulej sezóne nedosahovali úroveň, ktorá dáva reálny predpoklad ku kvalifikácii na MS. Napriek tomu sa budeme snažiť nájsť mladých pretekárov, ochotných pracovať, ktorý by mohli Cedrika a Andreja vhodne dopĺňať na kvalifikačných turnajoch.

Ako tréner reprezentácie SR v šerme fleuretom som sa snažil vytvoriť reálny plán prípravy na túto sezónu pre celú reprezentáciu. Od minulých sezón sa líši v tom, že začiatok sezóny sa musel posunúť o dva týždne dopredu, kvôli prechodu na novú formu súťažného kalendára všetkých troch vekových kategórií.

Samozrejme, dogmatické pridržiavanie sa plánu prípravy môže viac uškodiť ako pomôcť a preto bude na mne a ostatných osobných tréneroch prispôbiť a vyladiť plán podľa potrieb jednotlivých pretekárov a pretekárook.

Plán prípravy na sezónu 2018-2019 bol rozdelený na 11 období, 13 makrocyklov, 51 mikrocyklov. Príprava začína 1.augusta 2018 a končí podľa možnosti postupu na 22. júla 2019.

#### **I. Prípravné obdobie 1**

*(01.VIII. – 23.IX.2018)*

- a./ kondičná a špeciálna príprava od 1. augusta do 26. augusta 2018.
- b./ prechod z kondičnej prípravy na špeciálnu šermiarsku prípravu od 27.VIII. do 2. IX 2018.
- c./ špeciálna šermiarska príprava od 3. IX do 23. IX 2018.

Uvedené obdobie sa skladá z ôsmich mikrocyklov. Počas uvedeného obdobia bude dôraz kladený hlavne na kondičnú prípravu, zameranú na rozvoj vytrvalostných a silových parametrov. Uvedené obdobie nadviaže na samostatný tréning, ktorý mali pretekárky naordinovaný na dobu prázdnin, počas ktorých mali pravidelne voľne trénovať, pričom formu tréningov si mohli zvoliť z uvedených prvkov /bicyklovanie, korčuľovanie na In line korčuľoch, behy, plávanie, loptové hry).

Od 1. do 14. augusta sa vybraní pretekári a pretekárky zúčastnia medzinárodného kondično-šermiarskeho sústredu v Polanica Zdroj /POL/. Koncom augusta 27.-31.IX. bude v Šamoríne prebiehať spoločné sústredenie s tímami junioriek a kadetiek z AUT a ROU a pretekárkou z UKR.

V auguste budú prebiehať tréningy dvoj až trojfázovo.

## a./ kondičná príprava

V tomto období sa zameriame hlavne na rozvoj vytrvalostných ako aj dynamických schopností, o ktoré sa budeme opierať počas sezóny. Samozrejme v menšej miere pristúpime aj k posilňovaniu a rozvoju ostatných všeobecných športových schopností, zavedieme koordinačno-silové prvky. Okrem toho pretekárky a pretekári budú mať možnosť šermovať aj so silnými súpermi na kondično-šermiarskom sústreďení v Polanica Zdroj /POL/. Týždenne 15-20 tréningov.

Hlavný dôraz budeme klásť na uvedené formy tréningu:

- 15 až 20 minútové behy
- štarty, sprinty z rôznych polôh
- intervalové behy / na rýchlosť, na výdrž /
- pyramidové behy (100m-200m-300m-400m-300m-200m-100m) na časový limit
- posilňovacie cvičenia / hlavné partie: chrbát, ruky, brucho, stehenné a lýtkové svalstvo/
- štafety /zamerané na výbušnosť a koordináciu/
- špeciálna šermiarska práca nôh /zameraná na techniku pohybov/
- loptové hry, hry založené na postrehu, dynamike a rýchlej reakcii
- koordinačno-silové cvičenia všeobecné - polovičná lopta BOSU ako i špeciálne - pomôcky
- plyometrické cvičenia /cvičenia zamerané na zlepšenie odrazovej schopnosti rúk i nôh šermiarov/
- špeciálna šermiarska práca nôh /zameraná na techniku pohybov/
- modelovaný šerm s taktickými úlohami
- dohovorené cvičenia vo dvojiciach
- strečing /po každom tréningu v trvaní minimálne 15 minút/
- relaxácia /sauna, masáž, plaváreň/

## b./ prechod z kondičnej na špeciálnu šermiarsku prípravu

Tréningy prebiehajú v materských oddieloch respektíve v Šamoríne kde sa bude konať spoločné sústreďenie s pretekárkami a pretekármi zo Satu Mare. Týždenne 5-8 tréningov, ktoré majú za úlohu pripraviť pretekárov a pretekárky na systematickú špeciálnu šermiarsku prípravu, pričom dôraz sa venuje hlavne rozvoju sily, výbušnosti, čiastočne vytrvalosti.

V tomto období budeme klásť dôraz na uvedené formy tréningu:

- 15 až 20 minútové behy
- štarty, sprinty z rôznych polôh
- posilňovacie cvičenia / hlavné partie: chrbát, ruky, brucho, stehenné a lýtkové svalstvo/
- koordinačno-silové cvičenia všeobecné - polovičná lopta BOSU, ako i špeciálne - pomôcky
- plyometrické cvičenia /cvičenia zamerané na zlepšenie odrazovej schopnosti nôh šermiarov/
- špeciálna šermiarska gymnastika
- špeciálna šermiarska práca nôh /zameraná na techniku pohybov/
- modelovaný šerm s taktickými úlohami
- dohovorené cvičenia vo dvojiciach
- Ostré zápasy s vyhodnotením akcií
- strečing /po každom tréningu v trvaní minimálne 15 minút/
- relaxácia / sauna, masáž/

**c.**

/ špeciálna šermiarska príprava

Bude prebiehať v materských oddieloch týždenne s minimálne 1 až 2 spoločnými tréningami v KŠ Šamorín, 5 až 8 tréningov v týždni. Do popredia sa dostáva dôraz na technicky čisté prevedenie šermiarskych úkonov, aj na úkor rýchlosti. Na tréningoch pokračujeme v rozvoji sily a všeobecnej výbušnosti. Pre niektoré pretekárky v niektoré dni dvojfázový tréning : prvá fáza ráno od 7,00 hod. druhá fáza klasicky .

V tomto období budeme klásť dôraz na uvedené formy tréningu:

- posilňovacie cvičenia / hlavné partie: chrbát, ruky, brucho, stehenné a lýtkové svalstvo/
- koordinačné cvičenia
- plyometrické cvičenia /cvičenia zamerané na zlepšenie odrazovej schopnosti šermiarov/
- špeciálna šermiarska gymnastika
- špeciálna šermiarska práca nôh /zameraná na techniku pohybov/
- škola s trénerom /zameraná na presné a precízne prevedenie jednoduchých šermiarskych pohybov/
- dohovorené cvičenia
- voľný šerm /dôraz na pohyb a prípravu akcií/
- ostré zápasy / dôraz na pohyb a prípravu akcií/
- pre kadetov/ky juniorov/ky prvý turnaj slovenského pohára – Budapešť
- pre seniorov/ky Satelity FIE Amsterdam, Bratislava, Bukurešť
- strečing /po každom tréningu v trvaní minimálne 15 minút/
- relaxácia / sauna, masáž/

Uvedené obdobie, žiaľ už obsahuje dôležité turnaje pre vekovú kategóriu seniorov a senioriek (SAT Amsterdam, Bratislava, Bukurešť)- nominačný turnaj na ME a MS. Takže už v prípravnom období budeme šermovať bez formy kvalifikačné turnaje.

**II. Sút'ážné obdobie 1**  
(24.IX. – 16.XII.2018)

Uvedené obdobie sa skladá z dvanástich mikrocyklov.

Hlavná časť prípravy sa uskutoční v oddieloch. Týždenne minimálne 1 až 2 krát spoločný tréning v šermiarni Klubu šermu Šamorín. V pláne mesačne raz krátkodobé tréningové pobyty (3 dni) v HUN, ITA, POL. Uvedené obdobie bude zamerané na rozvoj špeciálnych šermiarskych schopností nacvičenie si nových technických a taktických prvkov a rozvoj všeobecnej výbušnosti. Od XII. mikrocyklu aj špeciálnej výbušnosti. Dôraz sa bude klásť na turnaje :

Seniorky: SP Alžír, SAT Kodaň, SAT Barcelona

Ženy U23: EP U23 Budapešť, U23 Mödling

Juniorky: SPJ Sofia, SPJ Londýn, SPJ Havana v prípade postupu do 16-ky v Londýne

Kadetky: EPK Budapešť, EPK Coupe de Samária, EPK Mödling, EPK Tauberbischofsheim, EPK Cabries

Seniori: SAT Kodaň, SAT Barcelona, SP Bonn

U23 muži: EP U23 Budapešť, U 23 Mödling

Juniori: SPJ Londýn, SPJ Bangkok, SPJ Havana v prípade skončenia do 16. miesta v Londýne

Kadeti: EPK Manchester, EPK Budapešť, EPK Mödling, EPK Cabries, EPK Halle

V tomto období budeme klásť dôraz na uvedené formy tréningu:

- rozcvička
- koordinačné cvičenia
- plyometrické cvičenia /cvičenia zamerané na zlepšenie odrazovej schopnosti šermiarov/
- špeciálna šermiarska gymnastika
- špeciálna šermiarska práca nôh /zameraná na zrýchlenie pohybov/
- škola s trénerom /zameraná na zrýchlenie už naučeného repertoáru/
- voľný šerm /dôraz na pohyb a prípravu akcií, rozvoj taktických schopností/
- ostré zápasy / dôraz na pohyb a prípravu akcií a rýchlosť prevedenia/
- absolvovanie viacerých svetových pohár a silných kadetských turnajov
- strečing /po každom tréningu v trvaní minimálne 15 minút/
- relaxácia / sauna, masáž, plaváreň/

Úlohy súťažného obdobia I.

- použitie naučeného taktického a technického repertoáru na turnajoch
- osvojenie si nových technických a taktických prvkov
- udržiavanie súťažnej formy
- zvyšovanie špeciálnej šermiarskej kondície
- účasť na medzinárodných turnajoch
- plnenie nominačných kritérií na MEKaJ 2019, MSKaJ 2019. ME U23, ME, MS

### **III. Prípravné obdobie 2** (17.XII. – 30.XII.2018)

Uvedené obdobie sa skladá z dvoch mikrocyklov.

Mikrocyklus 17-23.XII.2018 regeneračný týždeň bez šermu, škôl, so zameraním na psychickú regeneráciu pretekárov a pretekárovok, aktívny odpočinok, plaváreň, lyže, masáže. V dňoch 27. až 30. XII. 2018 dvojfázový tréning.

V tomto období budeme klásť dôraz na uvedené formy tréningu:

- rozcvička
- koordinačné cvičenia
- loptové hry, súťaže...
- štarty, behy, lyže, posilňovanie
- špeciálna šermiarska gymnastika
- špeciálna šermiarska práca nôh /zameraná na zrýchlenie pohybov/
- škola s trénerom /zameraná na zrýchlenie už naučeného repertoáru+ nové akcie/
- voľný šerm /dôraz na pohyb a prípravu akcií, rozvoj taktických schopností/
- ostré zápasy / dôraz na pohyb a prípravu akcií a rýchlosť prevedenia/
- strečing /po každom tréningu v trvaní minimálne 15 minút/
- relaxácia / sauna, masáž, plaváreň)

### **IV. Súťažné obdobie 2** (31.XII.2018 – 10.III.2019)

Uvedené obdobie sa skladá z desiatich mikrocyklov.

Hlavná časť prípravy sa uskutoční v oddieloch. Podľa možností viac spoločných sobotných dvojfázových tréningov v šermiarni Klubu šermu Šamorín. Pred MEK 2019 spoločné sústredenie

v mimo SR (Tauber, Udine) (február - prázdniny) a v Tate s maďarskými reprezentantmi a reprezentantkami. Pred MSKaJ spoločné sústreďenie s pretekárkami maďarskej reprezentácie v Tate (marec), alebo v Poľsku. Uvedené obdobie bude zamerané na rozvoj špeciálnych šermiarskych schopností, prevedenie získanej výbušnosti do šermiarskych pohybov. Analýza spôsobu šermu súperiek, s ktorými sa môžeme stretnúť na MEK a MSKaJ. Dôraz sa bude klásť na turnaje:

Seniorky: SP Gdaňsk, SP StMaur, GP Torino, SP Cancun?

U23 ženy: U23 Rím

Juniorky: SPJ Udine, SPJ Záhreb, SPJ Bochum, SPJ Mödling

Kadetky: EPK Poznaň, EPK Satu Mare, EPK Rím.

Seniori: SP Paríž, SP Tokyo?, GP Torino,, SP Kairo

U23 muži: U23 Rím

Juniori: SPJ Udine , SPJ Aix en Provance, SPJ Leszno, SPJ Terrassa

Kadeti: EPK Bratislava, EPK Rím, EPK Varšava

### **Vrcholom budú MEKaJ 2019 vo Foggia /ITA/.**

Osobitný dôraz bude kladený na regeneráciu (sauna, masáž, podvodná masáž)

V tomto období budeme klásť dôraz na uvedené formy tréningu:

- rozcvička
- koordinačné cvičenia
- plyometrické cvičenia /cvičenia zamerané na zlepšenie odrazovej schopnosti šermiarov/
- špeciálna šermiarska gymnastika
- špeciálna šermiarska práca nôh /zameraná na zrýchlenie pohybov/
- škola s trénerom /zameraná na zrýchlenie už naučeného repertoáru/
- voľný šerm /dôraz na pohyb a prípravu akcií, rozvoj taktických schopností/
- ostré zápasy / dôraz na pohyb a prípravu akcií a rýchlosť prevedenia/
- absolvovanie kadetských európskych pohárov (Bratislava, Rím, Varšava, Satu Mare, Poznaň)
- absolvovanie viacerých juniorských svetových pohárov (Udine, Ex ain Provance, Leszno, Terrassa, Zagreb, Bochum Modling)
- strečing /po každom tréningu v trvaní minimálne 15 minút/
- Regenerácia (sauna, masáž, plaváreň)

### Úlohy súťažného obdobia 2.

- použitie naučeného taktického a technického repertoáru na turnajoch
- osvojenie si nových technických a taktických prvkov
- zvyšovanie špeciálnej šermiarskej kondície
- splnenie nominačných kritérií na MEKaJ 2019 MSKaJ 2019.
- udržiavanie súťažnej formy, správne načasovanie jej vrcholu na MEKaJ 2019.
- splnenie výkonnostných cieľov stanovených na MEK 2019.

## **V. Záverečná príprava na MSKaJ 2019 (kad, jun)**

*(11.III. – 7.IV.2019)*

Uvedené obdobie sa skladá zo štyroch mikrocyklov.

Hlavnou náplňou uvedeného obdobia bude po Majstrovstvách Európy kadetov a kadetiek, juniorov a junioriek doladenie formy na MSKaJ 2019. Doladenie formy sa bude organizovať v materských kluboch v spolupráci pretekárov a pretekárk s osobnými trénermi.

Seniori a seniorky budú mať osobitný plán vypracovaný pred obdobím v závislosti na vývoji sezóny a prípravy seniorov a senioriek v okolitých krajinách (HUN, GER, POL).

Ich hlavným turnajom bude EP U23 v Brne a GP Anaheim.

## **VI. Hlavné súťažné obdobie (kad, jun) (súťažné obdobie 3).**

*(08.IV. – 14.IV.2019)*

Uvedené obdobie sa skladá z jedného mikrocyklu.

Hlavným súťažným obdobím sú Majstrovstvá sveta kadetov a juniorov 2019 - Toruň. (6-14.IV.2019)  
Celoročná príprava a aj absolvované sústredenia a turnaje boli prípravou na uvedený vrchol sezóny.

### Úloha hlavného súťažného obdobia

- splnenie výkonnostných cieľov stanovených na MSK a MSJ 2019.

## **VII. Regenerácia-(kad, jun)**

*(15.IV. – 21.IV.2019)*

V uvedené obdobie sa skladá z jedného mikrocyklu, počas ktorého sa bude trénovať len voľne, pretekári a pretekárky ktorí sa zúčastnili MSKaJ sa zúčastnia hlavne regeneračných a rehabilitačných aktivít (sauna, masáž, podvodná masáž).

Úlohou uvedeného obdobia je regenerácia športovkýň (kad, jun) po namáhavej sezóne a pred poslednou časťou sezóny 2018-2019.

## **VIII. Súťažné obdobie IV.**

*(22.IV. – 23.VI.2018)*

Uvedené obdobie sa skladá z deviatich mikrocyklov.

V tomto období pristúpime k zvýšeniu objemov, ale zníženiu intenzity. Čakajú nás Majstrovstvá Slovenska kadetov, juniorov, seniorov. Najlepšie juniorky sa budú zúčastňovať seniorských turnajov, svetových pohárov, turnajov U-23. Počas tréningov sa bude klásť dôraz na zábavnú formu tréningov a bude prichádzať k postupnému prechodu na 1 mikrocyklus aktívneho odpočinku.

V seniorskej kategórii absolvujeme

Fleuret seniori: SP Petrohrad, GP Shanghai, ME 2019.

Fleuret U23 muži: ME U23 Plovdiv,

Fleuret seniorky: SP Tauber..., GP Shanghai, ME 2019.

Fleuret ženy U23: ME U23 Plovdiv

## **IX. Prechodné obdobie - kad, jun., prípravné -seniori/ky.**

*(24.VI. – 30.VI.2019)*

Uvedené obdobie sa skladá zo jedného mikrocyklu

Pre kadetov/ky, juniorov/ky začína obdobie voľna s prihliadnutím na sparing pre seniorov a seniorky, ktoré začnú záverečnú prípravu na MS 2019. (viac možností buď spolu s reprezentantmi okolitých krajín, alebo doma s juniormi a juniorkami.)

## **X. Príprava na MS 2019 - Budapešť**

*(01.VII. – 14.VII.2019)*

Seniori/ky v prípade kvalifikácie na MS záverečná príprava a účasť na MS 2019

**XI. Majstrovstvá sveta seniorov a senioriek Budapešť /HUN/**

*(15.VII. – 21.VII.2019)*

Seniori/ky účasť na MS 2019 v BUDAPESTI.

**XII. Sústreďenia**

01.VIII.- 14.VIII.2018 Sústreďenie v Polanica Zdroj /POL/ - reprezentanti + rezerva

27.VIII. - 31.IX.2018 Sústreďenie v Šamoríne spolu so Satu Mare, Salzburg + kadeti/ky, juniory/ky

November – štvordňové sústreďenie mimo SR

Február – sústreďenie pred MEKaJ v Udine alebo Tauber

Marec – sústreďenie pred MSKaJ v Tate /HUN/

Jún – Sústreďenie pred ME v Tate

Júl – sústreďenie pred MS v Tate, poprípade, ITA, GER, POL

Okrem nich účasť na jednodňových reprezentačných zrazoch kadetskej, juniorskej a seniorskej reprezentácie Maďarska v Budapešti bude dohodnutá priebežne.



### XIII. Turnaje

Kadetky- Juniorky-Seniorky:

Dátum	Sl.P., Tréningové turnaje	SP, SAT, SPJ, EPK	MEJ, MSK, MSJ, MS
15.09.18		SAT Bratislava - seniorky	
22.-23.09.18	<i>Budapešť - juniorky</i>	SAT Bukurešť - seniorky	
	<i>Budapešť - kadetky</i>		
29.10.18		EPK Manchester - kadetky	
7.10.18		SAT Kodaň - seniorky	
13.10.18		EPK Šamorín - kadetky	
14.10.18		EPK Šamorín dr - kadetky	
20.10.18	<i>Linz - juniorky</i>	SAT Antalya - seniorky	
27.10.18		SAT Barcelona - seniorky	
03.11.18		SPJ Londýn - juniorky	
10.11.18		EPK Budapešť - kadetky	
17.11.18	<i>EP U23 Budapešť- seniorky</i>		
23.11.18		SP Alžír - seniorky	
24.11.18		EPK Mödling - kadetky	
01.12.18	<i>EP U23 Mödling - seniorky</i>	EPK Cabries - kadetky	
	<i>MT Budapešť - juniorky</i>		
08.12.18		SPJ Sofia - juniorky	
15.12.18	<i>SPJ Havana ?? - juniorky</i>	EPK Tauber - kadetky	
05.01.19		SPJ Udine - juniorky	
11.-12.01.19		EPK Satu Mare - kadetky	
		SP Gdańsk - seniorky	
19.01.19		SPJ Zagreb - juniorky	
25.01.19		SP St.Maur - seniorky	
26.01.19		EPK Rím - kadetky	
02.02.19		SPJ Bochum - juniorky	
08.02.19		GP Torino - seniorky	
09.02.19		EPK Poznaň - kadetky	
16.02.19		SPJ Modling - juniorky	
22.-03.03.19			MEKaJ – Foggia /ITA/
01.03.19		SP Cancun - seniorky	
16.03.19	<i>MT Vršovice - juniorky</i>	GP Anaheim - seniorky	
24.03.19	<i>EP U23 Brno - seniorky</i>		
06.-14.04.19			MSKaJ - Toruň /POL/
14.04.19	<i>MT Praha - seniorky</i>		
03.05.19		SP Tauber - seniorky	
19.-20.05.19		GP Shanghai - seniorky	
29.-02.06.19			ME U23 Plovdiv /BUL/
06.-09.06.19	<i>M-SR kad, jun, sen</i>		
15.-20.06.19			ME - Dusseldorf /GER/
04.-09.07.19			LU – Napoli /ITA/
15.-23.07.19			MS – Budapešť /HUN/

Dátumy sú len orientačné, v priebehu sezóny ich usporiadatelia môžu zmeniť

### Kadeti- Juniore-Seniori:

Dátum	Sl.P., Tréningové turnaje	SP, SAT, SPJ, EPK	MEJ, MSK, MSJ, MS
15.09.18		SAT Bratislava - seniory	
22.-23.09.18	<i>Budapešť - juniory</i>	SAT Bukurešť - seniory	
	<i>Budapešť - kadeti</i>		
29.10.18	<i>Budapešť - seniory</i>	EPK Manchester - kadeti	
7.10.18		SAT Kodaň - seniory	
13.10.18	<i>EPK Thesaloniki - kadeti</i>	SAT Londýn - seniory	
20.10.18	<i>Linz - juniory</i>		
27.10.18		SAT Barcelona - seniorky	
03.11.18		SPJ Londýn - juniory	
10.11.18		EPK Budapešť - kadeti	
		SP Bonn - seniory	
17.11.18	<i>EP U23 Budapešť- seniory</i>		
24.11.18		EPK Mödling - kadeti	
01.12.18	<i>EP U23 Mödling - seniory</i>	EPK Cabries - kadetky	
	<i>MT Budapešť - juniory</i>	SPJ Bangkok ?? - juniory	
08.12.18	<i>MT Budapešť - seniory</i>		
15.12.18	<i>SPJ Havana ?? - juniory</i>	EPK Halle - kadeti	
05.01.19		SPJ Udine - juniory	
12.-13.01.19		EPK Bratislava - kadeti	
		SP Paríž - seniory	
20.01.19		SPJ Aix en Pr.. - juniory	
25.01.19		SP Tokyo - seniory	
26.01.19		EPK Rím - kadeti	
02.02.19		SPJ Leszno - juniory	
08.02.19		GP Torino - seniory	
09.02.19		EPK Varšava - kadeti	
16.02.19		SPJ Terrassa - juniory	
22.-03.03.19			MEKaJ – Foggia /ITA/
01.03.19		SP Káhira - seniory	
16.03.19	<i>MT Vršovice - juniory</i>	GP Anaheim - seniory	
24.03.19	<i>EP U23 Brno - seniory</i>		
06.-14.04.19			MSKaJ - Toruň /POL/
14.04.19	<i>MT Praha - seniory</i>		
03.05.19		SP Petrohrad - seniory	
19.-20.05.19		GP Shanghai - seniory	
29.-02.06.19			ME U23 Plovdiv /BUL/
06.-09.06.19	<i>M-SR kad, jun, sen</i>		
15.-20.06.19			ME Dusseldorf /GER/
04.-09.07.19			LU Neapol /ITA/
15.-23.07.19			MS – Budapešť /HUN/

Dátumy sú len orientačné, v priebehu sezóny ich usporiadatelia môžu zmeniť

#### **XIV. Testy**

Výkonnosť pretekárov/ok budeme monitorovať nielen výsledkami na turnajoch, ale aj pomocou všeobecných a špeciálnych pohybových testov, pravidelnými lekáorskými prehliadkami, funkčnými testami a organizovaním šermiarskych i kondičných sústredení.

Do konca októbra.2018 Funkčné vyšetrenie MUDr.Urvayová

Cooperov test - september 2018

06. XI.2018 Špeciálne šermiarske testy I.

20. XII.2018 Špeciálne šermiarske testy II.

21-22.XII.18 Testy všeobecnej výkonnosti I.

26. II.2019 Špeciálne šermiarske testy III.

25-27.VI.19 Testy všeobecnej výkonnosti II.

#### **2. ZDRAVOTNÉ ZABEZPEČENIE**

Pretekárky budú prihlásené u pani MUDr. Urvayovej, kde budú raz ročne vykonané funkčné testy. Vitaminizácia a mineralizácia pretekárov sa uskutoční v rámci možnosti materských oddielov.

#### **3. ZODPOVEDNÝ ZA RIADENIE ODBORNEJ PRÁCE.**

Zodpovedný : Jozef NAGY – reprezentačný tréner zbrane,

Ing. Július KRÁLIK – tréner reprezentantky Michaly Cellerovej, Martina Gvotha,  
Rastislava Simeunoviča, Adama Zemana

David KRÁLIK – tréner reprezentantky Veroniky Králikovej

Zoltán SÁRMÁNY – tréner reprezentanta Zoltána Sármanya mladšieho

Pred vrcholmi budú pretekári a pretekárky spolupracovať s masérom.

Psychologickú prípravu zabezpečí : upresnené počas sezóny

Kondičná príprava: Jozef Nagy

#### **4. Nominácia na EPK, SPJ, MEK, MEJ, MSK a MSJ.**

Na všetky podujatia Európskeho pohára kadetov/tiek, svetového pohára juniorov/iek a svetové poháre seniorov/iek na návrh trénera pretekára, reprezentačného trénera, schvaľuje hlavný tréner zbrane (*kritériom schválenia účasti na EPK, SPJ je plnenie plánu prípravy, účasť a prístup k tréningom, výkonnosť pretekára/ky, účasti na ME MS príslušných vekových kategórií splnenie minimálnej požiadavky reprezentačného trénera*)

Nomináciu na MEKaJ, MSKaJ, LU, ME a MS navrhuje hlavný tréner zbrane a schvaľuje v dvoch krokoch

A) trénerská rada

B) Predsedníctvo SŠZ

*(kritériom návrhu účasti je aj plnenie plánu prípravy, účasť a prístup k tréningom, spoločným reprezentačným tréningom a sústredeniam, výkonnosť pretekárky a zároveň plnenie nominačných kritérií)*

## V. Prílohy

### 5.1. Výsledky z turnajov

<b>Európsky pohár kadetov/iek</b>	<b>Miesto</b>	<b>Dátum</b>	<b>Počet pretekárov</b>	<b>Umiestnenie</b>

<b>Európsky pohár U-23</b>	<b>Miesto</b>	<b>Dátum</b>	<b>Počet pretekárov</b>	<b>Umiestnenie</b>

<b>Svetový pohár juniorov/iek</b>	<b>Miesto</b>	<b>Dátum</b>	<b>Počet pretekárov</b>	<b>Umiestnenie</b>

<b>Svetový pohár</b>	<b>Miesto</b>	<b>Dátum</b>	<b>Počet pretekárov</b>	<b>Umiestnenie</b>

<b>Umiestnenie v konečnom hodnotení</b>	<b>Umiestnenie</b>
<b>EPK 2018-19</b>	
<b>SPJ 2018-19</b>	
<b>EP U-23 2018-19</b>	
<b>SP 2018-19</b>	

<b>ME, MS</b>	<b>Miesto</b>	<b>Dátum</b>	<b>Počet pretekárov</b>	<b>Umiestnenie</b>
<b>MEK 2019</b>				
<b>MSK 2019</b>				
<b>MEJ 2019</b>				
<b>MSJ 2019</b>				
<b>ME U23 – 2019</b>				
<b>ME 2019</b>				
<b>MS 2019</b>				
<b>LU 2019</b>				

<b>M-SR</b>	<b>Miesto</b>	<b>Dátum</b>	<b>Počet pretekárov</b>	<b>Umiestnenie</b>
<b>M-SR kadetov/tiek 2019</b>				
<b>M-SR kadetov/tiek družstvá 19</b>				
<b>M-SR juniorov/iek 2019</b>				
<b>M-SR juniorov/iek družstvá 19</b>				
<b>M-SR seniorov/iek 2019</b>				
<b>M-SR seniorov/iek družstvá 19</b>				

<b>Umiestnenie v konečnom hodnotení</b>	<b>Umiestnenie</b>
<b>Slovenský pohár kadetov/tiek 2018-19</b>	
<b>Slovenský pohár juniorov/iek 2018-19</b>	
<b>Slovenský pohár seniorov/iek 2018-19</b>	

## 5.2. Informovaný súhlas rodiča /zákonného zástupcu/

Meno a priezvisko dieťaťa: \_\_\_\_\_

Meno a priezvisko zákonného zástupcu: \_\_\_\_\_

Adresa trvalého pobytu: \_\_\_\_\_

Telefónny kontakt na zákonného zástupcu: \_\_\_\_\_

***Svojím podpisom potvrdzujem, že súhlasím s účasťou svojho syna / dcéry na športovom podujatí, kde bude pretekať na vlastné nebezpečenstvo. Zároveň potvrdzujem, že som bol informovaný o organizačnom zabezpečení účasti svojho syna / dcéry na športovom podujatí.***

V..... dňa .....  
rodiča.....

Podpis

\* neoddeliteľnou súčasťou informovaného súhlasu sú informácie o organizačnom zabezpečení účasti na športovom podujatí

## ORGANIZAČNÉ ZABEZPEČENIE ÚČASTI NA ŠPORTOVOM PODUJATÍ

Názov podujatia:

Dátum a miesto uskutočnenia:

Odchod – čas a miesto: ..... príchod – čas a miesto: .....

Tréneri a vedúci výpravy:

Program:

Spôsob prepravy:

Stravovanie:

Ubytovanie:

***Počas účasti na športovom podujatí vykonávajú dozor nad nepľnoletým športovcom reprezentační alebo osobní tréneri, alebo vedúci výpravy. Športovec je povinný dodržiavať naplánovaný program, riadiť sa pokynmi trénerov alebo vedúceho výpravy, dodržiavať zásady bezpečného správania.***

.....  
**Za Slovenský šermiarsky zväz**  
/ /



