



**Itinerár reprezentanta Slovenskej republiky  
na sezónu 2019-20 v šerme fleuretom pre vekové  
kategórie kadeti, juniori, seniori**



## 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 2019/20 .....	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 a seniorov/iek v sezóne 2019/20 .....	13
4.1. Vyhodnotenie dlhodobých cieľov .....	13
4.2. Analýza predchádzajúcej sezóny, zhodnotenie plnenia čiastkových úloh .....	14
4.3. Plán prípravy na sezónu 2019/20 .....	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 Veková hranica pre zaradenie do vekových kategórií na základe pravidiel FIE.
- 1.1.5 Plnenie kritérií pre zaradenie športovca do reprezentačných družstiev schválených Výkonným výborom 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 Výkonného výboru SŠZ na návrh reprezentačných trénerov. Nominácia na Svetový pohár, 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 materiálno-technické vybavenie SŠZ a požadovať materiálno - technické zabezpečenie schválené VV SŠZ prostredníctvom reprezentačného trénera v prípade, keď je to nevyhnutné.
- \* Má právo prejavovať 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, obrátiť 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 na dobré meno Slovenskej republiky a Slovenského šermiarskeho zväzu.
- \* Je povinný zúčastniť sa všetkých podujatí (sústredení, plánovaných spoločných reprezentačných tréningov, domácich a medzinárodných turnajov, Majstrovstiev SR, lekárskech a funkčných vyšetrení, 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 VV 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: +421 903 740 961 e-mail: [slovakfencing@mail.t-com.sk](mailto:slovakfencing@mail.t-com.sk)

### 2.2 Zoznam športových funkcionárov

Prezident SŠZ – JUDr. Tatiana DROBNÁ

mobil: +421 903 703 717 e-mail: [tatianadrobná@gmail.com](mailto:tatianadrobná@gmail.com)

Generálny sekretár SŠZ – Gabriela GERŠIOVÁ

Mobil: +421 903 740 961 e-mail: [slovakfencing@mail.t-com.sk](mailto:slovakfencing@mail.t-com.sk)

Viceprezident SŠZ – Attila ÉRSEK MBA

mobil: +421 911 749 099 e-mail: [attilaersek@yahoo.com](mailto:attilaersek@yahoo.com)

Reprezentačný tréner /kord/ – Mgr. Andrea SASVÁRIOVÁ

Mobil: +421 907 123 027 e-mail: [andys@chello.sk](mailto:andys@chello.sk)

Reprezentačný tréner /fleuret/ – Jozef NAGY

Mobil: +421 903 446 157 e-mail: [nagy@slovak-fencing.sk](mailto:nagy@slovak-fencing.sk)

Asistent reprezentačného trénera /fleuret/ – Július KRÁLIK

Mobil: +421 905 162 883 e-mail: [julius.kralik@gmail.com](mailto:julius.kralik@gmail.com)

Tréner reprezentantov /fleuret/ – Dávid KRÁLIK

Mobil: +421 915 738 491 e-mail: [kralik5791@gmail.com](mailto:kralik5791@gmail.com)

Rozhodcovská komisia – Mgr. Karolína BELÁS

Mobil: +421 948 100 773 e-mail: [karolinaaujeska@gmail.com](mailto:karolinaaujeska@gmail.com)

Metodicko-vzdelávacia komisia – Ing. Ľudovít LUBY

Mobil: +421 905 903 312 e-mail: [l.luby@microcad.sk](mailto:l.luby@microcad.sk)

Organizačná komisia a ŠTK – Andrej CHURÝ

Mobil: +421 905 530 007 e-mail: [andrejchury@gmail.com](mailto:andrejchury@gmail.com)

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

Mobil: +421 905 401 570 e-mail: [szalay@sygy.sk](mailto:szalay@sygy.sk)

Ekonomicko-marketingová komisia – Mgr. Gábor ÁSVÁNYI MBA

Mobil: +421 903 584 992 e-mail: [asvanyi@olympic.sk](mailto:asvanyi@olympic.sk)

Komisia mládeže – Ruth KABIL

Mobil: +421 944 373 045 e-mail: [ruth.kabil@gmail.com](mailto:ruth.kabil@gmail.com)

Tréneri mládeže – Dalibor KAZÍK

Mobil: +421 903 921 506 e-mail: [kazik@slovanet.sk](mailto:kazik@slovanet.sk)

– Mgr. Andrea SASVÁRIOVÁ

Mobil: +421 907 123 027 e-mail: [andys@schello.sk](mailto:andys@schello.sk)

Zástupca športovcov – Mgr. Juraj SZALAY

Mobil: +421 917 699 288 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, 831 04 Bratislava  
Mobil: +421 903 707 995

### 2.4 Reprezenační tréneri

2.4.1 Hlavný tréner zodpovedný za fleuretový team – Jozef NAGY

2.4.2 Tréneri reprezentantov:

Jozef NAGY  
Ing. Július KRÁLIK  
Mgr. David KRÁLIK  
Marcela LESSOVÁ  
Mgr. Kristián FORGÁCH  
Zoltán SÁRMÁNY st.  
Erik SERRI

### 2.5 Povinnosti trénerov reprezentácie SŠZ

2.5.1 Reprezenačný 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 VV 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 sústrezeniach 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 túto skutočnosť 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 2019-20 1x do 16. miesta  
 SPJ 2019-20 1x do 50. miesta  
 SP 2019-20 1 x do 80. miesta

2.6.3 MEK 2020 1 x do 32. miesta  
 MSK 2020 1x do 32. miesta  
 MEJ 2020 1x do 32. miesta  
 MSJ 2020 1x do 64. miesta  
 ME-U23 1x do 16. miesta

2.6.4 ME 1x do 32. miesta

## 2.7 Reprezentačné družstvá

2.7.1 Fleuret kadetky: A: Barbara BODOVÁ,  
 REZERVA: Rebeka CSÉFALVAYOVÁ, Sabina ŠTEISOVÁ

2.7.2 Fleuret kadeti: A: Leopold KUČHTA, Bendegúz GYÖRGY, Arpád FAZEKAS,  
 Ákos PIRK  
 REZERVA: David BALOG, Branislav LANČARIČ, Adam  
 BREZOVSKÝ

2.7.3 Fleuret juniorky: A: Veronika KRÁLIKOVÁ, Gaia CANTUCCI, Barbara BODA  
 REZERVA: Barbara MEDELSKÁ

2.7.4 Fleuret juniori: A: Zoltán SÁRMÁNY, Arpád FAZEKAS, Ákos PIRK,  
 Bendegúz GYÖRGY, Roman KRÁLIK  
 REZERVA: Leopold KUČHTA



- 2.7.5 Fleuret ženy 23: A: Kitti BITTEROVÁ, Veronika KRÁLIKOVÁ, Gaia CANTUCCI
- 2.7.6 Fleuret muži 23: A:  
REZERVA: Roman KRÁLIK, Zoltán SÁRMÁNY
- 2.7.7 Fleuret seniorky: A: Kitti BITTEROVÁ  
REZERVA: Michala CELLEROVÁ, Veronika KRÁLIKOVÁ,  
Gaia CANTUCCI
- 2.7.8 Fleuret seniori: A: Cédric SERRI, Andrej KRÁLIK, Samuel BLANÁR  
REZERVA:

### III. Metodické pokyny pre reprezentantov

#### 3.1 Tímové pravidlá

- 3.1.1 Reprezentant svojim podpisom potvrdzuje (v prípade, že reprezentant v deň podpísania práv a povinností reprezentantov nedovršil 18 rokov, podpisujú uvedenú preambulu aj rodičia reprezentanta), že si prečítal práva a povinnosti reprezentanta a bude sa nimi riadiť( príloha č.1).
- 3.1.2 Účasť na reprezentačných tréningoch, turnajoch, sústredeniach a krátkodobých výcvikových táboroch reprezentácie, na ktoré bol nominovaný, je povinná. V prípade neúčasti je nutné okamžite informovať hlavného trénera, prípadne reprezentačných trénerov ešte pred podujatím. Neinformovanie hlavného trénera, prípadne reprezentačných trénerov o neúčasti na akcii, na ktorú 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 Slovenským šermiarskym zväzom a odchod domov na vlastné náklady.
- 3.1.4 Rozdiel medzi A tímom a Rezervou: Členovia „A tímu“ cestujú na niektoré nominačné turnaje a sústredenia na náklady SŠZ, členovia „Rezervy“ až po dosiahnutí adekvátnych výsledkov na uvedených podujatiach.

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

- 3.2.1 Reprezentanti sa pred začiatkom novej sezóny zodpovedným prístupom starajú o udržanie všeobecnej fyzickej zdatnosti formou rekreačného športovania.
- 3.2.2 V septembri, najneskôr v októbri 2019 členovia A tímu a Rezervy absolvujú všeobecnú lekársku prehliadku a funkčné testy u MUDr. Aleny Urvayovej v športovej hale Mladosť, prípadne na inom akreditovanom pracovisku (SPORTMED). Dosiahnuté výsledky dodajú hlavnému trénerovi najneskôr 14 dní po absolvovaní vyšetrenia.

#### 3.3. Požiadavky na poistenie športovcov

- 3.3.1 Slovenský šermiarsky zväz má uzavretú 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 sa s podmienkami poistenia dôkladne oboznámiť. Za reprezentantov, ktorí sú oficiálne vysielaní SŠZ na EPK, SPJ, SP, GP, MEK, MSK, MEJ, MSJ, ME-U23, ME, MS, Univerziádu a pobyt hradí poisťovňa SŠZ. Na turnaje, na ktoré SŠZ nehradí náklady, si pretekári môžu uplatniť uvedené poisťovné zaplatením sumy 2,16 € (územná platnosť Európa) a 3,18 € (územná platnosť svet). Bližšie informácie podá hlavný tréner, resp. generálny sekretár SŠZ.

**Dôležité telefónne číslo (je uvedené na poisťovnej kartičke) v prípade poisťovnej udalosti: +421 2 20 678 678**

**Pri poisťovnej udalosti je potrebné uviesť číslo poisťovnej zmluvy 316.019 a svoje meno. Kartičku netreba mať so sebou, podstatné je vedieť tieto dve čísla.**

### **3.4. Riziká daného športu**

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

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

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

3.4.2 Šerm je šport, ktorý sa za dodržania všeobecných podmienok tréningu dá vykonávať pomerne bezpečne. Kladie 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 základné pravidlo, že zbraňou /fleuretom/ neohrozujeme súpera, ktorý nemá na hlave masku, resp. nie je oblečený do šermiarskej výstroje.

### **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 odporúčané. 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 v SP, respektíve SPJ, hradí licenciu FIE Slovenský šermiarsky zväz. Ostatní reprezentanti si 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 prevezme reprezentačný športový úbor, ktorý je povinný nosiť na všetkých akciách (sústredeniach, 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 predchádzajúcom roku 2-krát za sezónu /pred začiatkom sezóny v auguste príslušného roku a na konci decembra toho istého roka/.

### **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 /Šamorín, Budapešť, Mödling, Tauber, Poznaň, Satu Mare/

Minimálna požiadavka r.t. - 8 bodov do EPK

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

Minimálna požiadavka r.t. - 8 bodov do EPK

Fleuret kadeti / Manchester, Budapešť, Mödling, Halle, Bratislava, Varšava /  
Fleuret kadetky / Šamorín, Budapešť, 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, Bukurešť, Udine, Záhreb, Bochum, Mödling /

Minimálna požiadavka r.t. - 4 body do SPJ

Fleuret junióri / Londýn, Bangkok, Havana, Udine, Aix en Provence, , Leszno /  
Fleuret juniorky / Londýn, Bukurešť, Udine, Záhreb, Bochum, Mödling /

3.8.4. MSJ A limit - 10 bodov do SPJ

Fleuret junióri /Londýn, Bangkok, Udine, Aix en Provence, Leszno, Terrassa/  
Fleuret juniorky /Londýn, Bukurešť, Udine, Záhreb, Bochum, Mödling/

Minimálna požiadavka r.t. - 4 body do SPJ

Fleuret junióri / Londýn, Bangkok, Udine, Aix en Provence, Leszno, Terrassa /  
Fleuret juniorky / Londýn, Bukurešť, Udine, Záhreb, 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, Mödling, Brno, Budapešť /  
Fleuret ženy U23 /Bratislava, Kodaň, Mödling, Brno, Budapešť /

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

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

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 OH Kvalifikácia na základe požiadaviek FIE

## 4.0 Plán prípravy kad., jun., a seniorov v šerme fleuretom na sezónu 2019-20

### 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 2016-2017</u>	účasť pretekárov (2-3) na MEK – umiestnenie 1 x do 64.miesta	- <b>nesplnené</b>
	účasť pretekárov (2-3) na MEJ – umiestnenie 1 x do 32.miesta (24.m. Vi. Králiková, 27.m. K. Bitterová)	- <b>splnené</b>
	účasť pretek. (1-2) na MSK - umiestnenie 1 x do 64.miesta (J. Udvardi 63. m.)	- <b>splnené</b>
	účasť pretek. (2-3) na MSJ – umiestnenie 1 x do 32. miesta	- <b>nesplnené</b>
	účasť pretek. (2-3) na ME U23 - umiestnenie 1 x do 32.miesta (23.m. K. Bitterová, 32. M. Cellerová)	- <b>splnené</b>
	účasť pretek. (2-3) na ME – umiestnenie 1 x do 32.miesta (M. Cellerová 24. m.)	- <b>splnené</b>
<u>sezóna 2017-2018</u>	účasť pretekárov (2-3) na MEK – umiestnenie 1 x do 32.miesta (G.Cantucci 22.m.) (družstvo 6.m.)	- <b>splnené</b>
	účasť pretekárov (2-3) na MEJ – umiestnenie 1 x do 32. miesta	- <b>neštartovali</b>
	účasť pretek. (1-2) na MSK - umiestnenie 1 x do 64.miesta (Ve. Králiková 43. m.) (G.Cantucci 56.m.)	- <b>splnené</b>
	účasť pretek. (2-3) na MSJ – umiestnenie 1 x do 64.miesta	- <b>nesplnené</b>
	účasť pretek. (2-3) na ME U23 - umiestnenie 1 x do 32.miesta (K. Bitterová 22.m.)	- <b>splnené</b>
	účasť pretek. (2-3) na ME – umiestnenie 1 x do 32.miesta	- <b>nesplnené</b>
	účasť pretek. (2-3) na MS - umiestnenie 1 x do 64.miesta (C.Serri 39.m.)	- <b>splnené</b>
<u>sezóna 2018-2019</u>	EPK 2018-19 1 x do 32.miesta (L. Kuchta 17.m.)	- <b>splnené</b>
	SPJ 2018-19 1 x do 64.miesta (Ver. Králiková 87.m.)	- <b>nesplnené</b>
	SP 2018-19 1 x do 80.miesta (K.Bitterová 101.m.)	- <b>nesplnené</b>
	účasť pretekárov (2-3) na MEK – umiestnenie 1 x do 32.miesta (B.Buday 78.m.)	- <b>nesplnené</b>
	účasť pretekárov (2-3) na MEJ – umiestnenie 1 x do 32.miesta (V.Králiková 38.m.)	- <b>nesplnené</b>
	účasť pretek. (1-2) na MSK - umiestnenie 1 x do 64.miesta (L.Kuchta 51.m.) (G.Cantucci 56.m.)	- <b>splnené</b>
	účasť pretek. (2-3) na MSJ - umiestnenie 1 x do 64.miesta (G.Cantucci 48.m.)	- <b>splnené</b>
	účasť pretek. (2-3) na ME U23 - umiestnenie 1 x do 32.miesta (K. Bitterová 27.m.)	- <b>splnené</b>
	účasť pretek. (2-3) na ME - umiestnenie 1 x do 32.miesta (K. Bitterová 34.m.)	- <b>nesplnené</b>
	účasť pretek. (2-3) na MS - umiestnenie 1 x do 64.miesta (K.Bitterová 61.m.)	- <b>splnené</b>

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

4.2.1 Kadeti: V kategórii kadetov sme v uplynulej sezóne disponovali pretekármi, od ktorých sme očakávali, že sa dôraznejšie presadia na Európskych pohároch, respektíve Majstrovstvách Európy a sveta kadetov (Zoltán SÁRMÁNY - ročník 2002, Leopold KUČHTA - ročník 2003). Kým na začiatku sezóny september – november veľmi pekne a spoľahlivo zašermoval Leopold KUČHTA, ktorý k dvom umiestneniam v prvej šesťnástke pridal v Grécku aj tretie miesto, Zoltánovi SÁRMÁNYOVI sa nedarilo získať lepšie umiestnenie na Európskych pohároch (často prehrával kvôli zlej taktike, respektíve šermoval veľmi netakticky). Okrem uvedených pretekárov som splnenie kvalifikačných kritérií na MEK a MSK očakával aj od niektorého z trojice Bendegúz GYÖRGY, Arpád FAZEKAS a Ákos PIRK (všetci ročník 2004), ktorým sa to však podobne ako Zoltánovi SÁRMÁNYOVI nepodarilo. Fazekas sa zranil na začiatku sezóny (úraz mimo tréning), Pirk zase v decembri na EPK v Halle, takže nemohli podať optimálne výkony v boji o splnenie nominačných kritérií. Zoltán SÁRMÁNY zašermoval veľmi dobre na nenominačnom, veľmi silne obsadenom EPK v Ríme, kde sa prebojoval až do 16-člennej eliminácie. Žiaľ, výsledok nevedel zopakovať v POZNANI a tak aj jemu, podobne ako Györgyovi, ktorý vybojoval finále (5. miesto v Grécku), chýbal 1 bod do minimálnej požiadavky trénera. Všetci ešte len zbierali skúsenosti do nasledujúcich sezón. Nakoniec sa splniť A limit podarilo len Leopoldovi Kuchtovi, ktorého šerm bol zo všetkých našich pretekárov aj najviac takticky vyspelý. Žiaľ vo februári 2019 ochorel a tak musel MEK vypustiť. Na Majstrovstvách sveta nezašermoval zle a 51. miesto je po chorobe pre neho celkom dobrým umiestnením.

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

Leopold KUČHTA	-120 bodov do hodnotenia EPK ( 17.m.) v roku 2018	32 b. - 103. miesto
Zoltán SÁRMÁNY	- 69 bodov do hodnotenia EPK ( 53.m.) v roku 2018	18 b. – 194. miesto
Bendegúz GYÖRGY	- 66 bodov do hodnotenia EPK ( 56.m.) v roku 2018	12 b. – 210. miesto
Ákos PIRK	- 12 bodov do hodnotenia EPK (211.m.) v roku 2018	neštartoval
Arpád FAZEKAS	- 6 bodov do hodnotenia EPK (318.m.) v roku 2018	neštartoval

4.2.2 Juniori: V kategórii juniorov sme v uplynulom roku disponovali len jediným juniorom - Romanom KRÁLIKOM, ktorý sa snažil o splnenie kvalifikačných kritérií. Okrem neho sa svetového pohára v Udine zúčastnil aj kadet Leopold KUČHTA, pre ktorého však, podobne ako pre Romana, bol uvedený Svetový pohár ešte prisilný. V nastávajúcej sezóne sa k uvedeným pretekárom pridá Zoltán SÁRMÁNY, ktorý bude prvým rokom junior a od neho očakávam splnenie aspoň minimálnych požiadaviek trénera k nominácii na MSK a MSJ. Niektorých turnajov SPJ sa zúčastnia aj kadeti - FAZEKAS, GYÖRGY a PIRK, ale len v rámci prípravy v kadetskej kategórii .

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

Leopold KUČHTA	- 0 bodov do hodnotenia SPJ (426. m.) v roku 2018	neštartoval
Roman KRÁLIK	- 0 bodov do hodnotenia SPJ (450. m.) v roku 2018	0.b. – 491. miesto

4.2.3 Seniori: V kategórii seniorov sme v uplynulej sezóne disponovali trojicou pretekárov: Cédrik SERRI, Andrej KRÁLIK a Samuel BLANÁR, ktorí k reprezentačným povinnostiam pristupovali najzodpovednejšie. Entuziazmus a výkonnosť Cédrika spôsobila, že Andrej aj Samuel našli novú motiváciu a snažili sa štartovať na podujatiach Európskeho pohára U23, Satelitoch FIE, pričom A.KRÁLIK a C.SERRI aj na Svetových pohároch a Grand Prix. Po dlhej dobe sme postavili družstvo (v zložení Serri, Králik, Blanár), ktoré sa zúčastnilo Majstrovstiev Európy v Düsseldorfe (13. miesto) a aj Majstrovstiev Sveta v Budapešti (30. miesto). Roman KRÁLIK štartoval na ME U23 v Plovdive, kde skončil na 57. mieste. Okrem neho sa EP U23 v Bratislave a Budapešti bez väčšieho úspechu zúčastnil aj Adam Zeman. Do tréningového procesu za zapájal len sporadicky.

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

Roman KRÁLIK	- 2 body	do hodnotenia EPU23 (244.m.)	v roku 2018	2 b - 244. miesto
Adam ZEMAN	- 1 bod	do hodnotenia EPU23 (333.m.)	v roku 2018	8 b - 127. miesto

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

Cédrik SERRI	- 9 bodov	do hodnotenia SP (138.m.)	v roku 2018	13 b – 100. miesto
Andrej KRÁLIK	- 0,3 bodov	do hodnotenia SP (355.m.)	v roku 2018	0 b – 327. miesto
Samuel BLANÁR	- 0 bodov	do hodnotenia SP (496.m.)	v roku 2018	0 b – 348. miesto
Rastislav SIMEUNOVIČ	- 0 bodov	do hodnotenia SP (535.m.)	v roku 2018	0 b – 485. miesto
Roman KRÁLIK	- 0 bodov	do hodnotenia SP (570. m.)	v roku 2018	0 b – 664. miesto
Adam ZEMAN	- 0 bodov	do hodnotenia SP (571.m.)	v roku 2018	0 b – 406. miesto

4.2.4 Kadetky: V kategórii kadetiek sme v uplynulej sezóne, po odchode trojice Udvardi, Králiková a Cantucci medzi juniorky, disponovali slabšími ročníkmi pretekárov. Na začiatku sezóny sa zdalo, že Boglárka BUDAY (2002) dokáže nadviazať na výsledky jej predchodkýň, ale žiaľ bez 100 percentnej motivácie jej výsledky síce stačili na splnenie A-limitu, ale na kvalitnejší výsledok na MEK a MSK nie. Škoda, Boglárka patrila za posledné roky medzi pretekárky, ktoré by v prípade lepšej motivácie mohli nadviazať na úspechy Hanzelovej, Cellerovej a Bitterovej. Žiaľ, nikdy nebola podobne motivovaná. B-limit splnila aj o rok mladšia Barbara BODA, ktorej šermiarsky prejav (veľmi slabá práca na nohách) však nedovoľuje vybojovať lepší výsledok. Súťaží družstiev vyššie uvedené duo dopĺňala Rebeka CSÉFALVAYOVÁ (ročník 2003), ktorá však na lepší výsledok nemala. V úvode sezóny sa reprezentácie vzdala Eszter GYÖRGY (2002), kvôli študijným povinnostiam v zahraničí.

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

Boglárka BUDAY	- 53,0 bodov	do hodnotenia EPK ( 62. m.)	v roku 2018	32 b. – 92. miesto
Barbara BODA	- 42,0 bodov	do hodnotenia EPK ( 82. m.)	v roku 2018	15 b. – 162. miesto
Rebeka CSÉFALVAYOVÁ-11	bodov	do hodnotenia EPK (212.m.)	v roku 2018	7 b. - 260. miesto

4.2.5 Juniorky: V kategórii junioriek sme v uplynulej sezóne disponovali trojicou pretekárov - prvoročných junioriek, z ktorých Veronika KRÁLIKOVÁ a aj Gaia CANTUCCI sa hneď v prvej juniorskej sezóne prebojovali do prvej stovky svetového pohára. Jázmin UDVARDI skončila na 147. mieste. Okrem nich sa Svetových pohárov junioriek pravidelne zúčastňovali pretekárky: Vivien BARTALOVÁ (šermovala aj ako členka Slovenského družstva v súťaži družstiev), Boglárka BUDAY a Barbora MEDELSKÁ. A-limit na Majstrovstvách Európy junioriek splnili Gaia Cantucci a Veronika Králiková, B-limit Jázmin Udvardi. Na Majstrovstvách sveta junioriek uvedené pretekárky splnili len B limit. Jázmin kvôli vzdania sa reprezentácie, nakoniec na MSJ nebola nominovaná. Dobrý výsledok na MSJ v Torúni dosiahla Gaia CANTUCCI, ktorá skončila na 48. mieste zo 144 pretekárov.

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

Jázmin UDVARDI	- 9,0 bodov	do hodnotenia SPJ (147. m.)	v roku 2018	4,0 b. - 219. miesto
Veronika KRÁLIKOVÁ	-18,5 bodov	do hodnotenia SPJ ( 87. m.)	v roku 2018	4,0 b. – 220. miesto
Gaia CANTUCCI	-18,0 bodov	do hodnotenia SPJ ( 91. m.)	v roku 2018	1,0 b. - 304. miesto
Boglárka BUDAY	- 4,0 bodov	do hodnotenia SPJ (205. m.)	v roku 2018	0,0 b. – 393. miesto
Vivien BARTALOVÁ	- 1,0 bodov	do hodnotenia SPJ (312. m.)	v roku 2018	0,0 b. – 391. miesto
Barbora MEDELSKÁ	- 0,0 bodov	do hodnotenia SPJ (409.m.)	v roku 2018	neštartovala

4.2.6 Seniorky: V kategórii senioriek nás reprezentovala Kitti BITTEROVÁ, ktorá kvôli príprave na kvalifikáciu na OH 2020 prerušila štúdium na FTVŠ v Bratislave a od októbra 2018 trénovala 4 až 5 dní v týždni v Budapešti spolu s Maďarskou seniorskou reprezentáciou a aj v klube Honvéd Budapešť. Jej osobný tréner v Budapešti bol Marco Goncalves, reprezentačný tréner vo fleurete žien. SSŽ a Klub šermu Šamorín sa jej snažili vytvoriť podmienky, ktoré by umožnili jej kvalifikáciu na OH 2020 v Tokiu. Žiaľ, po polovici kvalifikačného obdobia musím konštatovať, že výsledky zatiaľ nie sú adekvátne očakávaniam. Okrem nej sa sporadicky zúčastnila turnajov započítavajúcich sa do Svetového pohára, respektíve Európskeho pohára U23 aj Michala CELLEROVÁ. Turnajov Európskeho pohára sa zúčastňovali aj naše juniorky Veronika KRÁLIKOVÁ, Jázmin UDVARDI a Vivien BARTALOVÁ, ktoré sa spolu s Kitti BITTEROVOU na ME U23 aj kvalifikovali. Gaia CANTUCCI zaostala za Vivien len veľmi tesne. Najhodnotnejšie výsledky u senioriek dosiahla Kitti BITTEROVÁ (6. miesto na SAT Bratislava, 5. miesto na SAT v Barcelone a postup do hlavnej súťaže na Majstrovstvách sveta v Budapešti (61. miesto)).

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

Kitti BITTEROVÁ	- 56 bodov do hodnotenia EPU23 ( 11. m.)	v roku 2018	60 b. - 6. miesto
Jázmin UDVARDI	- 16 bodov do hodnotenia EPU23 ( 54.m. )	v roku 2018	neštartovala
Veronika KRÁLIKOVÁ	- 18 bodov do hodnotenia EPU23 ( 63. m.)	v roku 2018	0 b.– 299. miesto
Vivien BARTALOVÁ	- 6 bodov do hodnotenia EPU23 (114. m.)	v roku 2018	neštartovala
Gaia CANTUCCI	- 4 body do hodnotenia EPU23 (174. m.)	v roku 2018	neštartovala
Barbora MEDELSKÁ	- 0 bodov do hodnotenia EPU23 (277. m.)	v roku 2018	0 b. – 293. miesto
Karolína CSÉFALVAY	- 0 bodov do hodnotenia EPU23 (287. m.)	v roku 2018	4 b. – 167. miesto

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

Kitti BITTEROVÁ	- 8. bodov do hodnotenia SP (139. m.)	v roku 2018	8,0.b. – 139. miesto
Michala CELLEROVÁ	- 0. bodov do hodnotenia SP (310. m.)	v roku 2018	0,0.b. - 310. miesto
Veronika KRÁLIKOVÁ	- 0. bodov do hodnotenia SP (342. m.)	v roku 2018	0,0.b. - 342. miesto
Gaia CANTUCCI	- 0 bodov do hodnotenia SP (396. m.)	v roku 2018	neštartovala
Jázmin UDVARDI	- 0 bodov do hodnotenia SP (416.m. )	v roku 2018	neštartovala
Vivien BARTALOVÁ	- 0 bodov do hodnotenia SP (420. m.)	v roku 2018	neštartovala
Karolína CSÉFALVAY	- 0. bodov do hodnotenia SP (433. m.)	v roku 2018	0,0 b. – 415. miesto
Barbora MEDELSKÁ	- 0. bodov do hodnotenia SP (447. m.)	v roku 2018	neštartovala

#### 4.2.7. Sezóna 2019-2020

V sezóne 2019-2020 disponuje SŠZ žiaľ menším počtom skúsených pretekárov. V kategórii kadetiek bude situácia kritická (po dobrých ročníkoch súčasné kadetky nedosahujú výkonnosť svojich starších kolegyň). V kategórii juniorov sa bude postupne situácia zlepšovať, najlepší kadeti sa budú zúčastňovať SPJ a oživenie tejto kategórie čakám aj od Zoltána Sarmánya, ktorý bude prvým rokom junior. V senioroch bude situácia lepšia a u kadetov by sa už v tejto sezóne mohla prejavíť odvedená práca a manažment mladých pretekárov za posledné roky.

- I. Cédrik SERRI – pretekár s najlepšimi medzinárodnými skúsenosťami, schopný bodovať aj na Svetových pohároch, Grand Prix a Majstrovstvách Európy i sveta, Andrej KRÁLIK, a Samuel BLANÁR, ktorí sa už v minulej sezóne prejavili cieľavedomou prípravou s cieľom splniť nominačné kritériá na vrcholy sezóny, budú vytvárať Cedrikovi sparing pri dosiahnutí cieľa kvalifikácie na OH 2020.
- II. Roman KRÁLIK, Zoltán SÁRMÁNY, Rastislav SIMEUNOVIČ, s cieľom plnenia plánu prípravy, ktorá zabezpečí kvalifikáciu na vrcholy sezóny vo svojej vekovej kategórii.



- III. Leopold KUČHTA, Bendegúz GYÖRGY, Arpád FAZEKAS, Ákos PIRK - budú mať za cieľ zabojsovať o nomináciu na Majstrovstvá Európy a sveta vo vlastnej vekovej kategórii.
- IV. Dávid BALOG, Branislav LANČARIČ a Adam BREZOVSÝ tvoria trojicu mladých pretekárov, ktorých úlohou bude zbierať skúsenosti z Európskych pohárov kadetov.

V sezóne 2019-2020 disponuje SŠZ žiaľ menším počtom skúsených pretekárov, ktoré budem zase musieť doplniť veľmi mladými pretekárkami.

- I. Kitti BITTEROVÁ – tretím rokom seniorka, skúsená pretekárka, ktorej nechýba taktická, technická vyzretosť ani motivácia, pripravovať sa bude naďalej v Budapešti (osobný tréner bude Marco Goncalves), pomocný tréner Jozef Nagy.
- II. Michala CELLEROVÁ – skúsená pretekárka, ktorá sa však už do tréningového aj súťažného procesu zapája len nepravidelne.  
Veronika KRÁLIKOVÁ, Gaia CANTUCCI (druhým rokom juniorky), ktoré však po vzdaní sa reprezentácie Jázmin UDWARDY, Vivien BARTALOVEJ a Boglárky BUDAY bude musieť doplniť kadetka Barbara BODOVÁ a Barbora MEDELSKÁ, ktoré však adekvátnu výkonnosť ešte nedosahujú. Z uvedených pretekárov sa pokúsime zostaviť družstvo, ktoré nás bude reprezentovať v kategórii junioriek na MEJ a MSJ.
- III. Za uvedenými pretekárkami nasledujú: Rebeka CSÉFALVAYOVÁ a mladé pretekárky: Sabina ŠTEISOVÁ, Júlia LETKOVIČOVÁ ktoré 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 dosiahnutia 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 2019-2020**

Keďže 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 2020 sa konajú v približne rovnakom termíne, bude plán prípravy na sezónu 2019-2020 pre obe vekové skupiny rovnaký, modifikovaný len v závislosti na termínoch EPK a SPJ.

Keďže v súčasnosti disponujeme jedinou seniorkou - Kitti BITTEROVOU, bude pre ňu hlavnou úlohou sezóny vybojovať postup na ME U23, ME a hlavne kvalifikácia na OH 2020.

V senioroch v súčasnosti disponujeme tromi pretekármi ochotnými systematicky pracovať na svojich výkonoch - Cédrik SERRI, Andrej KRÁLIK, Samuel BLANÁR. 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, ktorí by mohli Cédrika, Andreja a Samuela 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 2019-2020 bol rozdelený na 11 období, 13 makrocyclov, 51 mikrocyklov. Príprava začína 1. augusta 2019 a končí podľa možnosti postupu na 21. júna 2020.

V prípade kvalifikácie na OH sa vytvorí samostatný tréningový plán pre kvalifikovanú osobu.

#### **I. Prípravné obdobie 1**

*(01.VIII. – 22.IX.2019)*

- a./ kondičná a špeciálna príprava od 1. VIII. do 25. VIII. 2019.
- b./ prechod z kondičnej prípravy na špeciálnu šermiarsku prípravu od 26. VIII. do 1. IX 2019.
- c./ špeciálna šermiarska príprava od 2. IX. do 22. IX.2019.

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 26.-31.IX. bude v Bratislave prebiehať medzinárodné sústredenie, ktoré povedie tréner z ITA (Šamorín, sa uvedeného sústredu nezúčastní).

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 /,
- pyramídové 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/,
- 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. 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 jeden až dvomi 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. Bitterová - účasť na sústredení reprezentantiek HUN kadetiek, junioriek, senioriek v Tate.

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 a 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 kvalifikačného turnaje.

## **II. Sút'ážné obdobie 1** (23.IX. – 15.XII.2019)

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, SP St.Maur, SAT Kodaň, SAT Barcelona*

Ženy U23: *EP U23 Londýn, U23 Antalya, U23 Mödling*

Juniorky: *SPJ Bukurešť, SPJ Londýn*

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

Seniori: *SP Bonn, SP Tokio, SAT Amsterdam, SAT Bratislava, SAT Bukurešť, SAT Kodaň, SAT Záhreb, SAT Barcelona*

U23 muži: *EP U23 Londýn, U 23 Mödling*

Juniori: *SPJ Londýn, SPJ Bangkok,*

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

V tomto období budeme klásť dôraz na uvedené formy tréningu:

- rozcvička,
- koordináčné 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 pohárov 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** (16.XII. – 29.XII.2019)

Uvedené obdobie sa skladá z dvoch mikrocyklov.

Mikrocyklus 16-22.XII.2019 - regeneračný týždeň bez šermu, škôl, so zameraním na psychickú regeneráciu pretekárov a pretekárrok, aktívny odpočinok, plaváreň, lyže, masáže. V dňoch 27. až 30. XII. 2019 dvojfázový tréning.

V tomto období budeme klásť dôraz na uvedené formy tréningu:

- rozcvička,
- koordináčné 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** (30.XII.2019 – 08.III.2020)

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 2020 spoločné sústredenie

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 Katowice, GP Turín, SP FIE,

U23 ženy: U23 Rím

Juniorky: SPJ Udine, SPJ Záhreb, SPJ Bochum, SPJ Mödling, (SPJ Havana???)

Kadetky: EPK Poznaň, EPK Rím, EPK Satu Mare

Seniori: SP Paríž, GP Turín, SP Káhira

U23 muži: U23 Rím

Juniori: SPJ Udine, SPJ Aix en Provence, SPJ Leszno, SPJ Terrassa (SPJ Havana???)

Kadeti: EPK Bratislava, EPK Rím, EPK Varšava

### **Vrcholom budú MEKaJ 2020 v Poreči /CRO/.**

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, Aix en Provence, Leszno, Terrassa, Záhreb, Bochum, Mödling),
- 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 2020 MSKaJ 2020,
- udržiavanie súťažnej formy, správne načasovanie jej vrcholu na MEKaJ 2020,
- splnenie výkonnostných cieľov stanovených na MEK 2020.

## **V. Záverečná príprava na MSKaJ 2020 (kad, jun)**

*(09.III. – 29.III.2020)*

Uvedené obdobie sa skladá z troch mikrocyklov.

Hlavnou náplňou uvedeného obdobia bude po Majstrovstvách Európy kadetov a kadetiek, juniorov a junioriek, doladenie formy na MSKaJ 2020. 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 junioriek v okolitých krajinách (HUN, GER, POL).

Ich hlavným turnajom bude EP U23 v Brne pre ženy aj v Göppingene a GP Anaheim.

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

*(30.III. – 12.IV.2020)*

Uvedené obdobie sa skladá z dvoch mikrocyklov.

Hlavným súťažným obdobím sú Majstrovstvá sveta kadetov a juniorov 2020 – Salt Lake City. (3-11.IV.2020)

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 2020.

## **VII. Regenerácia-(kad, jun)**

*(13.IV. – 19.IV.2020)*

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 športovcov a športovkýň (kad, jun) po namáhavej sezóne a pred poslednou časťou sezóny 2019-2020.

## **VIII. Súťažné obdobie IV.**

*(20.IV. – 21.VI.2020)*

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 2020 Minsk.

Fleuret U23 muži: EP U23 Budapešť, ME U23 Liberec.

Fleuret seniorky: SP Tauber..., GP Shanghai, ME 2020 Minsk.

Fleuret ženy U23: EP U23 Budapešť, ME U23 Liberec.

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

*(22.VI. – 28.VI.2020)*

Uvedené obdobie sa skladá z jedného mikrocyklu

Pre kadetov/ky, juniorov/ky začína obdobie voľna s prihliadnutím na sparing pre seniorov a seniorky, ktoré začnú záverečnú prípravu na MS 2020. (Viac možností bude spolu s reprezentantmi okolitých krajín, alebo doma s juniormi a juniorkami.)

**X. Príprava na OH 2020 - Tokio**

*(29.VI. – 19.VII.2020)*

Seniori/ky v prípade kvalifikácie na OH - záverečná príprava a účasť na OH 2020

**XI. Letné Olympijské Hry – Tokio /JPN/**

*(20.VII. – 02.VIII.2020)*

Seniori/ky účasť na OH 2020 v Tokiu.

**XII. Sústredenia**

01.VIII.- 14.VIII.2019 Sústredenie v Polanica Zdroj /POL/ - reprezentanti + rezerva

26.VIII. - 30.VIII.2019 Sústredenie v Bratislave kadeti/ky, juniori/ky

November – štvordňové sústredenie mimo SR

Február – sústredenie pred MEKaJ v Udine alebo Tauber

Marec – sústredenie pred MSKaJ v Tate /HUN/

Jún – Sústredenie pred ME v Tate

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

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



### XIII. Turnaje

Kadetky- Juniorky-Seniorky:

Dátum	Sl.P., Tréningové turnaje	SP, SAT, SPJ, EPK	MEJ, MSK, MSJ, MS
14.-15.09.19		SAT Bratislava - seniorky	
21.-22.09.19	<i>Hódmezővásár... - juniorky</i>	SAT Bukurešť - seniorky	
	<i>Hódmezővásár... - kadetky</i>		
28.09.19	<i>Budapešť - seniorky</i>	EPK Manchester - kadetky	
05.-06.10.19		SAT Kodaň - seniorky	
12.10.19		EPK Šamorín - kadetky	
13.10.19		EPK Šamorín dr - kadetky	
19.-20.10.19		SAT Antalya - seniorky	
26.-27.10.19	<i>MT Budapešť - kadetky</i>	SAT Barcelona - seniorky	
	<i>MT Budapešť - juniorky</i>		
02.11.19		SPJ Londýn - juniorky	
09.-10.11.19		EPK Budapešť - kadetky	
16.-17.11.19	<i>EP U23 Gdaňsk - seniorky</i>		
22.11.19		SP Alžír - seniorky	
23.11.19		EPK Mödling - kadetky	
30.11.19	<i>EP U23 Mödling - seniorky</i>	EPK Cabries - kadetky	
07.12.19		SPJ Bukurešť - juniorky	
13.12.19		SP St.Maur - seniorky	
14.12.19		EPK Tauber - kadetky	
04.01.20		SPJ Udine - juniorky	
10.01.20		SP Katowice - seniorky	
11.-12.01.20		EPK Poznaň - kadetky	
18.01.20		SPJ Záhreb - juniorky	
25.-26.01.20	<i>SPJ Havana ?? - juniorky</i>	EPK Rím - kadetky	
01.02.20		SPJ Bochum - juniorky	
07.02.20		GP Turín - seniorky	
08.02.20		EPK Satu Mare - kadetky	
15.-16.02.20	<i>EP U23 Rím - seniorky</i>	SPJ Mödling - juniorky	
21.02.20		SP FIE - seniorky	
22.-02.03.20			<b>MEKaJ – Poreč /CRO/</b>
14.-15.03.20		GP Anaheim - seniorky	
22.03.20	<i>EP U23 Brno - seniorky</i>		
03.-11.04.20			<b>MSKaJ-Salt Lake City /USA/</b>
18.-19.04.20			<b>Zónová kval. Madrid /ESP/</b>
26.04.20	<i>EP U23 Budapešť- seniorky</i>		
01.05.20		SP Tauber - seniorky	
16.-17.05.20	<i>MT Budapešť - kadetky</i>	GP Shanghai - seniorky	
	<i>MT Budapešť - juniorky</i>		
23.-24.05.20	<i>MT Budapešť - seniorky</i>		
27.-31.05.20			<b>ME U23 Liberec /CZE/</b>
	<i>M-SR kad, jun, sen</i>		
16.-21.06.20			<b>ME - Minsk /BLR/</b>
25.-02.08.20			<b>OH – Tokio /JPN/</b>

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
14.09.19		SAT Bratislava - seniory	
21.-22.09.19	Hódmezővásár... - juniory	SAT Bukurešť - seniory	
	Hódmezővásár... - kadeti		
28.10.19	Budapešť - seniory	EPK Manchester - kadeti	
05.10.19		SAT Kodaň - seniory	
19.10.19	EPK Thesaloniki - kadeti	SAT Záhreb - seniory	
26.10.19	MT Budapešť - kadeti	SAT Barcelona - seniory	
	MT Budapešť - juniory		
02.11.19	EP U23 Londýn - seniory	SPJ Londýn - juniory	
08.11.19		SP Bonn - seniory	
09.10.11.19		EPK Budapešť - kadeti	
16.11.19	EP U23 Gdaňsk - seniory		
23.-24.11.19		EPK Mödling - kadeti	
30.-01.12.19	EP U23 Mödling - seniory	EPK Cabries - kadeti	
07.12.19	EP U23 Eslingen - seniory		
13.12.19		SP Tokio - seniory	
14.12.19		EPK Halle - kadeti	
04.01.20		SPJ Udine - juniory	
10.-12.01.20		EPK Bratislava - kadeti	
		SP Paríž - seniory	
18.01.20		SPJ Aix en Pr.. - juniory	
25.01.20	SPJ Havana ?? - juniory	EPK Rím - kadeti	
01.02.20		SPJ Leszno - juniory	
07.02.20		GP Turín - seniory	
08.02.20		EPK Varšava - kadeti	
15.02.20		SPJ Terrassa - juniory	
	EP U23 Rím - seniory		
21.02.20		SP Káhira - seniory	
22.-02.03.20			MEKaJ – Poreč /CRO/
13.03.20		GP Anaheim - seniory	
21.03.20	EP U23 Brno - seniory		
03.-11.04.20			MSKaJ-Salt Lake City /POL/
18.-19.04.20			Zonová kvalif. Madrid /ESP/
25.04.20	EP U23 Budapešť - seniory		
01.05.20		SP Petrohrad - seniory	
15.05.20		GP Shanghai - seniory	
16.-17.05.20	MT Budapešť - kadeti		
	MT Budapešť - juniory		
24.05.20	MT Budapešť - seniory		
27.-31.05.20			ME U23 Liberec /CZE/
	M-SR kad, jun, sen		
16.-21.06.20			ME Minsk /BLR/
25.-02.08.20			OH – Tokio /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 2019 Funkčné vyšetrenie MUDr. Alena Urvayová

Cooperov test - september 2019

05. XI.2019 Špeciálne šermiarske testy I.

17. XII.2019 Špeciálne šermiarske testy II.

19-20.XII.19 Testy všeobecnej výkonnosti I.

18. II.2020 Špeciálne šermiarske testy III.

24-26.VI.20 Testy všeobecnej výkonnosti II.

#### **2. ZDRAVOTNÉ ZABEZPEČENIE**

Pretekári/ky budú prihlásení u MUDr. Urvayovej, kde budú raz ročne vykonané funkčné testy.

Vitaminizácia a mineralizácia pretekárov/ok 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

Dávid KRÁLIK – tréner reprezentantky Veroniky Králikovej

Zoltán SÁRMÁNY, Kristián FORGÁCH – tréner reprezentanta Zoltána Sármany ml.

Eric SERRI – tréner reprezentanta Cédrika Serriho

Marcela LESSOVÁ – trénerka reprezentantky Gaii Cantucci

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 SŠZ

B) Výkonný výbor SŠZ

*(kritériom návrhu účasti je aj plnenie plánu prípravy, účasť a prístup k tréningom, spoločným reprezentačným tréningom a sústredeniam, výkonnosť pretekára 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 2019-20</b>	
<b>SPJ 2019-20</b>	
<b>EP U-23 2019-20</b>	
<b>SP 2019-20</b>	

<b>ME, MS</b>	<b>Miesto</b>	<b>Dátum</b>	<b>Počet pretekárov</b>	<b>Umiestnenie</b>
<b>MEK 2020</b>				
<b>MSK 2020</b>				
<b>MEJ 2020</b>				
<b>MSJ 2020</b>				
<b>ME U23 – 2020</b>				
<b>ME 2020</b>				
<b>OH 2020</b>				

<b>M-SR</b>	<b>Miesto</b>	<b>Dátum</b>	<b>Počet pretekárov</b>	<b>Umiestnenie</b>
<b>M-SR kadetov/tiek 2020</b>				
<b>M-SR kadetov/tiek družstvá 20</b>				
<b>M-SR juniorov/iek 2020</b>				
<b>M-SR juniorov/iek družstvá 20</b>				
<b>M-SR seniorov/iek 2020</b>				
<b>M-SR seniorov/iek družstvá 20</b>				

<b>Umiestnenie v konečnom hodnotení</b>	<b>Umiestnenie</b>
<b>Slovenský pohár kadetov/tiek 2019-20</b>	
<b>Slovenský pohár juniorov/iek 2019-20</b>	
<b>Slovenský pohár seniorov/iek 2019-20</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 ..... Podpis rodiča.....

\* 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 neplnoletým 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  
/ /

### 5.3 Osobné údaje „A“

5.3.1. Meno a Priezvisko : .....  
Otec: ..... Matka: .....

5.3.2 Miesto narodenia: ..... Dátum narodenia: .....

5.3.3. Adresa trvalého bydliska : .....

5.3.4. Klub: .....  
Osobný tréner: ..... Kontakt: .....

5.3.5. Číslo pasu: ..... Platnosť od: ..... do: .....  
Pas vystavil: .....

5.3.6. Mobil: ..... E-mail: .....

5.3.7. Výška: ..... Váha: .....

5.3.8. Veľkosť obuvi: ..... Veľkosť rukavice: .....  
Veľkosť el vesty: ..... Veľkosť mundúru: .....  
Veľkosť šerm. nohavíc: ..... Konfekčná veľkosť: .....

5.3.9. trénujem od roku: .....

5.3.10. Mládežnícky tréner: .....  
Prvý klub: .....

Na šerm chodím lebo: .....

.....  
.....  
.....

Súčasťou vratky sú dve fotografie pasového formátu.

**Svojím podpisom potvrdzujem, že som sa oboznámil so všetkými údajmi, ktoré Itinerár reprezentanta SR na rok 2019-20 obsahuje a súhlasím s právami, povinnosťami, ako aj kritériami a pravidlami vytýčenými v uvedenom dokumente. Čestne prehlasujem, že sa budem v maximálnej miere snažiť vzorne reprezentovať našu vlasť SLOVENSKÚ REPUBLIKU!**

..... \* Otec reprezentanta \* Matka reprezentanta  
Reprezentant

\* V prípade ak reprezentant SR v deň podpisania dekrétu nedovŕši 18 rokov, podpisujú dekrét aj otec a matka reprezentanta  
\*\* V prípade zmeny údajov je reprezentant povinný nahlásiť zmenu na sekretariáte SŠZ.

### **5.3 Osobné údaje „B“** Vyplnenú stranu pretekár doručí na adresu SŠZ do 29.IX.2019 !

5.3.1. Meno a Priezvisko : .....  
Otec: ..... Matka: .....

5.3.2 Miesto narodenia: ..... Dátum narodenia: .....

5.3.3. Adresa trvalého bydliska : .....

5.3.4. Klub: .....  
Osobný tréner: ..... Kontakt: .....

5.3.5. Číslo pasu: ..... Platnosť od: ..... do: .....  
Pas vystavil: .....

5.3.6. Mobil: ..... E-mail: .....

5.3.7. Výška: ..... Váha: .....

5.3.8. Veľkosť obuvi: ..... Veľkosť rukavice: .....  
Veľkosť el vesty: ..... Veľkosť mundúru: .....  
Veľkosť šerm. nohavíc: ..... Konfekčná veľkosť: .....

5.3.9. trénujem od roku: .....

5.3.10. Mládežnícky tréner: .....  
Prvý klub: .....  
Na šerm chodím lebo: .....

.....  
.....  
.....

Súčasťou vratky sú dve fotografie pasového formátu:

**Svojím podpisom potvrdzujem, že som sa oboznámil so všetkými údajmi, ktoré Itinerár reprezentanta SR na rok 2019-20 obsahuje a súhlasím s právami, povinnosťami, ako aj kritériami a pravidlami vytyčenými v uvedenom dokumente. Čestne prehlasujem, že sa budem v maximálnej miere snažiť vzorne reprezentovať našu vlasť SLOVENSKÚ REPUBLIKU!**

.....  
Reprezentant \* Otec reprezentanta \* Matka reprezentanta

\* V prípade ak reprezentant SR v deň podpísania dekrétu nedovŕši 18 rokov, podpisujú dekrét aj otec a matka reprezentanta  
\*\* V prípade zmeny údajov je reprezentant povinný nahlásiť zmenu na sekretariáte SŠZ.