

Zpráva o činnosti Plaveckého oddílu Laguna Třebíč za rok 2013

1. Plavecký oddíl Laguna Třebíč

Plavecký oddíl Laguna Třebíč v roce 2013 měl celkem 118 členů / z tohoto počtu bylo 46 aktivních plavců, kteří se zúčastňovali závodů – dále 33 rozhodčích – potom 33 plavců z kondičního plavání a 6 dalších členů /. Naši plavci se zúčastnili za tento rok celkem 38 závodů v celé České republice. Nové rekordy Laguny Třebíč se podařilo překonat celkem šestkrát / Tomáš Veškrna – 200Z + 50M + 200M + 400PZ, Věra Rymešová – 50M a Tereza Vechetová na 200P/. Držitelé výkonnostních tříd – 3.VT. – Adam Roth, Dan Šubert, Dominik Špaček, Radka Březnová, Klára Maloušková, Věra Rymešová a Tereza Vechetová – 2.VT. – Tomáš Veškrna. Oddíl Laguna byl dále pořadatelem celkem 4 závodů – 1. část KM – 19.5. + 2. část KM – 17.11. + Poháru ČR desetiletých za účasti předsedy Výkonného výboru Českého svazu plaveckých sportů ing. Vladimíra Srba – 7.-8.12. a jubilejní 20. ročník Vánoční ceny Třebíče – 22.12.

Sportovní činnost :

Letní mistrovství České republiky – mladší žáci – 2011

Na Letním mistrovství, které se plavalo 8.-9.6. 2013 v Kopřivnici se představila trojice našich plavců. Nejlépe se dařilo Erikovi Řezníčkovi, který skončil osmý na 100M a pak ještě obsadil 14. místo na 50VZ. Dvakrát skončil na 17. místě a jednou na 20. místě. Další účastník Tereza Vechetová byla dvakrát na 13. místě + 1x na 14. místě + 1x na 16. místě + 1x na 18. místě a 1x na 22. místě. Jako třetí se Mistrovství zúčastnil Jonáš Plaček, který obsadil 1x 18. místo a jednou skončil na 20. místě, ale ve všech svých startech si zaplavoval svoje nejlepší výkony. Smůlu měla Kateřina Mazalová, které účast unikla o pověstný krůček / skončila jako první náhradnice /.

Z výsledků:

Erik Řezníček - 8.místo – 100M – 1:19,81
14.místo – 50VZ – 0:31,25
17.místo – 400VZ - 5:16,46 – nejlepší výkon
1500VZ – 20:57,75 – nejlepší výkon
20.místo - 200VZ - 2:30,94 – nejlepší výkon

Tereza Vechetová – 13.místo – 100P – 1:29,59
200P - 3:10,08
14.místo – 800VZ – 11:14,94 – nejlepší výkon
16.místo – 200PZ – 2:53,65 – nejlepší výkon
18.místo – 400PZ – 6:13,37 – nejlepší výkon
22.místo – 400VZ – 5:31,77 – nejlepší výkon

Jonáš Plaček – 18.místo – 400VZ – 5:17,40 – nejlepší výkon
20.místo – 200PZ – 2:53,44 – nejlepší výkon

Zimní mistrovství České republiky - mladší žáci – 2001

Na Zimním mistrovství této věkové kategorie, které se plavalo 14.-15.12. 2013 v Prostějově nás bylo již o jednoho více než v létě. Oproti létu přibyla i Kateřina Mazalová. Toto MR ČR se nejlépe vydařilo Tereze Vechetové, která získala lepší umístění než na Letním mistrovství a navíc se jí podařilo i překonat oddílový rekord na 200P. Tereza skončila 1x na 8.místě + 1x byla desátá + 1x na 11.místě + 1x na 12.místě + 1x na 13.místě a 1x na 14.místě. Všechny své výkony/ až na 100P / ve svých nejlepších časech. Polepšil si i Jonáš Plaček, který se dostal na víc disciplín a i on se podstatně zlepšil. Na 200P skončil na 16.místě – pak byl dvakrát na 17.místě a jednou na 20.místě. Výkony z léta nedokázal zopakovat Erik Řezníček, který výsledkově se pohoršil. Skončil nejlépe 1x na 13.místě – dále 1x byl na 16.místě – 3x na 18.místě a 1x na 20.místě. Kateřina Mazalová se dostala pouze na jednu disciplínu a byla na 17.místě.

Z výsledků:

Tereza Vechetová – 8.místo – 200P – 3:02,29 - nejlepší výkon + rekord oddílu
10.místo – 800VZ – 10:42,74 – nejlepší výkon
11.místo – 200PZ – 2:47,78 – nejlepší výkon
12.místo – 400VZ – 5:11,77 – nejlepší výkon
13.místo – 400PZ – 5:55,50 – nejlepší výkon
14.místo – 100P – 1:28,03

Erik Řezníček – 13.místo – 100M - 1:20,14
16.místo – 1500VZ – 20:54,25 – nejlepší výkon
18.místo – 200VZ – 2:27,06 – nejlepší výkon
400VZ – 5:12,25 – nejlepší výkon
50VZ – 0:30,42
20.místo – 100VZ – 1:07,77

Jonáš Plaček – 16.místo – 200P – 3:05,16 – nejlepší výkon
17.místo – 200PZ – 2:49,13 – nejlepší výkon
1500VZ – 20:58,68
20.místo – 400VZ – 5:15,79 – nejlepší výkon

Kateřina Mazalová – 17.místo – 100P – 1:28,79

Letní Pohár ČR – ročník 2002

Tento Pohár pro oblast Morava se plaval 22.-23.6. 2013 v Prostějově. Z našeho oddílu tam startovalo celkem 5 účastníků. Nejlepšího umístění dosáhla Anna Havlenová, která byla 2x na čtvrtém místě a 2x na 8.místě. Dobře zaplavali i Karel Fučík – 1x na 7.místě a 1x na 10.místě. V první desítce byl ještě Jirka Vašíček – 1x na 9.místě a 1x na 10.místě. Matyáš Nestrojil a Eliška Maloušková se do první desítky neprobojovali.

Z výsledků :

Anna Havlenová – 4.místo – 100M – 1:30,4 – nejlepší výkon
50M – 0:38,8
8.místo – 200P – 3:29,2 – nejlepší výkon
100P – 1:36,3

12.-13.místo – 50VZ – 0:34,7
200PZ – diskvalifikace

Karel Fučík – 7.místo – 200P – 3:27,2
10.místo – 100P – 1:37,9 – nejlepší výkon
28.místo – 100PZ – 1:37,0

Jiří Vašíček – 9.místo – 200P – 3:30,5 – nejlepší výkon
10.místo – 200Z – 3:24,4 – nejlepší výkon
12.místo – 100P – 1:40,1 – nejlepší výkon
19.místo – 100Z – 1:35,5
23.místo – 200VZ – 3:04,6 – nejlepší výkon
26.místo – 100PZ – 1:35,2

Matyáš Nestrojil – 11.místo – 200P – 3:36,5 – nejlepší výkon
16.místo – 100P – 1:42,2 – nejlepší výkon
23.místo – 50M – 0:50,1
26.místo – 50VZ – 0:36,8 – nejlepší výkon

Eliška Maloušková - 15.místo – 100M – 1:56,9
16.místo – 400VZ – 6:51,9 – nejlepší výkon
24.místo – 50M – 0:45,7 – nejlepší výkon

Zimní pohár ČR – ročník 2002

V zimní sezoně se tato soutěž plavala 7.-8.12.2013 a tentokrát se zavítalo do Opavy.Náš oddíl reprezentovali 3 závodníci.Nejlepšího umístění dosáhla Anna Havlenová, která si stoupla 2x na stupeň vítězů za třetí místa a 1x byla na 7.místě.Ostatní dva naši zástupci / Matyáš Nestrojil a Jirka Vašíček / se do elitní desítky nejlepších plavců nedostali.

Z výsledků :

Anna Havlenová – 3.místo – 50M – 0:37,2 – nejlepší výkon
100M – 1:24,9
7.místo – 50VZ – 0:33,0
17.místo – 200PZ – 3:11,4 – nejlepší výkon
19.místo – 200VZ – 2:55,5
20.místo – 100VZ – 1:17,0

Jiří Vašíček – 14.místo – 200Z – 3:09,1 – nejlepší výkon
16.-17.místo – 100Z – 1:27,8 – nejlepší výkon
19.místo – 100PZ – 1:28,0 – nejlepší výkon
20.místo – 200VZ – 2:51,0 – nejlepší výkon
29.místo – 100VZ – 1:23,8

Matyáš Nestrojil – 11.-12.místo – 100P – 1:38,8 – nejlepší výkon
15.místo – 50M – 0:42,6 – nejlepší výkon
15.-16.místo – 50VZ – 0:34,3 – nejlepší výkon
23.místo – 100PZ – 1:30,7 – nejlepší výkon
28.místo – 100VZ – 1:20,6

Letní pohár ČR – ročník 2003

Letního poháru ČR ročníku 2003 se zúčastnili tři plavci Laguny. Plavalo se v Karviné od 22.-23.6. 2013. Medaile v hodnotě stříbra a bronzu si odvezl Adam Černý a dále obsadil 2x – 4.místo + 1x páté místo a 1x – 7.místo. Další účastník – Sára Doležalová – skončila 1x na čtvrtém místě + 3x na 5.místě, 1x byla šestá a 1x skončila desátá. Antonín Čaněk byl 1x na 5.místě + 1x na 7.-8.místě a 1x na 8.místě.

Z výsledků :

Adam Černý – 2.místo – 400VZ – 6:06,8 – nejlepší výkon
3.místo – 100M – 1:38,0 – nejlepší výkon
4.místo – 50VZ – 0:36,0
200PZ – 3:19,3 – nejlepší výkon
5.místo – 50M – 0:44,1
7.místo – 100P – 1:46,2 – nejlepší výkon

Sára Doležalová – 4.místo – 400VZ – 6:25,4
5.místo – 50VZ – 0:35,9 – nejlepší výkon
100M – 1:40,5 – nejlepší výkon
50M – 0:43,1
6.místo – 100PZ – 1:31,4 – nejlepší výkon
10.místo – 100P – 1:41,4 – nejlepší výkon

Antonín Čaněk – 5.místo – 200PZ – 3:36,2 – nejlepší výkon
7.-8.místo – 50P – 0:49,4 – nejlepší výkon
8.místo – 100P – 1:47,0 – nejlepší výkon
12.místo – 100PZ – 1:42,9 – nejlepší výkon
13.-14.místo – 50M – 0:48,3 – nejlepší výkon

Zimní pohár ČR – ročník 2003

Plavci ročníku 2003 plavali tuto soutěž v domácím prostředí a z naší Laguny vylovili celkem 5 cenných kovů. Nejvíce se dařilo Sáře Doležalové, která dokázala jedenkrát zvítězit a 3x skončila na třetím místě a dále ještě obsadila 2x páté místo. Medaili získal i další člen Laguny – Adam Černý – 1x – 3.místo. V dalších svých závodech byl ještě 2x na 5.místě + 1x byl na 6.-7.místě a do desítky nejlepších se dostal ještě jednou / 9.místo /. Smůlu měl Antonín Čaněk, který 1x obsadil nevděčné 4.místo + 1x byl na 5.místě + 1x byl sedmý a jednou skončil na 8.místě.

Z výsledků :

Sára Doležalová – 1.místo – 100M – 1:25,4 – nejlepší výkon
3.místo – 100PZ – 1:22,9 – nejlepší výkon
50M – 0:39,3 – nejlepší výkon
400VZ – 5:41,0 – nejlepší výkon
5.místo – 50VZ – 0:32,9 – nejlepší výkon
100VZ – 1:14,0 – nejlepší výkon

Adam Černý – 3.místo – 200PZ – 3:14,2 – nejlepší výkon
5.místo – 100M – 1:33,4 – nejlepší výkon

5.místo – 100PZ – 1:27,7 – nejlepší výkon
6.-7.místo - 100VZ – 1:16,8 – nejlepší výkon
9.místo - 50M – 0:42,2 – nejlepší výkon
10.-12.místo – 50VZ – 0:35,8

Antonín Čaněk – 5.místo – 50P – 0:45,4 – nejlepší výkon
4.místo – 200PZ – 3:28,7 – nejlepší výkon
7.místo – 100P – 1:43,9
8.místo – 100M – 1:45,3 – nejlepší výkon
13.místo – 100PZ – 1:35,5
50M – 0:45,9

Letní a zimní mistrovství ČR – ročník 1999

Na obě Mistrovství se nominoval Honza Trutna, který se nakonec z různých důvodů se závodů nezúčastnil.

Letní olympiáda dětí a mládeže

Na Letní olympiádu dětí a mládeže která se uskutečnila na 50m bazéně ve Zlíně, bylo z našeho oddílu vybráno celkem pět našich členů. Životním úspěchem s centrálním vyhodnocením na náměstí skončila olympiáda pro Erika Řezníčka, který skončil ve finále na 100M na šestém místě. Dále obsadil 13.místo na dvojnásobné trati + 2x byl na 16.místě + 1x na 17.místě a 1x byl dvacátý. Tereza Vechetová rovněž vybojovala jednu finálovou účast a to na 200P / skončila na osmém místě /. Na poloviční trati jí finále uniklo o jedno místo / skončila na devátém Místě /. Dále obsadila 2x – 14.místo + 1x – 15.místo a 1x byla dvacátá. Jonáš Plaček byl 1x na 12.místě + 2x na 17.místě + 1x – 20.místo + 2x byl na 21.místě. Kateřina Mazalová byla 1x na 17.místě + 2x dvacátá + 1x měla 21.místo a 2x na 24.místě. Jan Trutna plaval pouze dvakrát / 1x – 20.místo + 1x – 23.místo /.

Letní mistrovství ČR dorostu

Na toto Mistrovství se kvalifikoval pouze Tomáš Veškrna, který v 1.pololetí byl na hostování v Jihlavském plaveckém klubu AXIS. Ve svých individuálních startech se dostal třikrát do finále, kde skončil 2x na čtvrtém místě a jednou byl na osmém místě. Ve štafetách se stal trojnásobným Mistrem ČR.

Z výsledků :

4.místo – 400PZ – 4:44,50
200PZ – 2:15,39
8.místo – 200VZ – 2:03,88
15.místo – 50Z – 0:31,09
16.místo – 100M – 1:01,57

Štafety – 4x200VZ + 4x100PŠ + 4x100VZ – 1.místo

Zimní mistrovství ČR dorostu

Mistrovství se uskutečnilo 28.11. – 1.12. 2013 a plavalo se v Plzni. Z našeho oddílu se kvalifikovali celkem tři závodníci. Nejlépe zaplavoval Tomáš Veškrna, který se dostal 4x do finále a vytvořil 3 nové rekordy oddílu. Věra Rymešová plavala ve finále celkem dvakrát a Dominik Špaček si ve svých dvou startech vytvořil svoje maxima.

Z výsledků :

Tomáš Veškrna – finále – 400PZ – 4:32,62 – 5.místo – rekord oddílu

200PZ – 2:10,95 – 7.místo

200Z - 2:12,17 – 8.místo

200VZ – 1:54,75 – 8.místo

V rozplavbách vytvořil nový oddílový rekord na 200Z – 2:10,73 a 50M – 0:27,32

Věra Rymešová – finále – 200M – 2:38,73 – 8.místo

100M – 1:10,25 – 11.místo – rekord oddílu

V mezičase vytvořila nový rekord oddílu na 50M – 0:32,48

Dominik Špaček – 50VZ – 25,5 – nejlepší výkon

50P – 32,94 - nejlepší výkon

Mistrovství republiky – Soutěž družstev

Plavci z Laguny Třebíč se zúčastnili pouze 1.kola.

Tomáš Veškrna, který byl na hostování v JPK obsadil společně s JPK celkové druhé místo.

Hodnocení Plav.oddílu Laguna Třebíč ve statistice

Českého svazu plaveckých sportů za rok 2013

Mistrovství České republiky družstev 2013

Ženy :

Družstvo žen obsadilo celkem 48.místo. Startovalo celkem 54 družstev z celé ČR.

Muži :

Družstvo mužů skončilo na 29.místě z celkového počtu 57 družstev.

Mistrovství České republiky – dorostu

V této kategorii Laguna Třebíč skončila v celkovém bodovém hodnocení za rok 2013 na 42.místě z celkem bodovaných 48 plav.oddílů. Oddíly bez bodového zisku nejsou v uvedeny.

Letní mistrovství České republiky dorostu

Tomáš Veškrna – Mistr České republiky ve štafetách

4 x 100 VZ + 4 x 200 VZ

hostování v Jihlavském plaveckém klubu AXiS

Mistrovství České republiky – žactva

V kategorii žactva 1999 – 2002 náš oddíl skončil na 67.-70.místě z celkem 80 klasifikovaných oddílů.

Pohár České republiky – 10ti letých / 2003 /

Zde naši nejmladší skončili v celkovém hodnocení České republiky na 11.místě z 24 bodovaných oddílů.

Pohár České republiky – 11ti letých / 2002 /

V této kategorii Laguna skončila v České republice celkem na 36.místě ze 73 plav.oddílů.

Tabulky nejlepších plaveckých výkonů mužů ČR

200 VZ – Tomáš Veškrna – 30.místo – 25m bazén
200 Z - Tomáš Veškrna - 33.místo - 25m bazén
35.místo – 50m bazén
200PZ – Tomáš Veškrna - 34.místo – 25m bazén
24.místo – 50m bazén
400PZ – Tomáš Veškrna - 15.místo - 25m bazén
17.místo – 50m bazén

Tabulky nejlepších plaveckých výkonů starších dorostenek ČR

200M – Věra Rymešová – 10.místo – 25m bazén

Tabulky nejlepších plaveckých výkonů mladších dorostenců ČR

50 VZ – Dominik Špaček – 19.místo – 25m bazén
50 P - Dominik Špaček - 20.místo – 25m bazén

Tabulky nejlepších plaveckých výkonů starších dorostenců ČR

100VZ – Tomáš Veškrna – 15.místo – 25m bazén
200VZ - Tomáš Veškrna - 11.místo – 25m bazén
100 Z - Tomáš Veškrna - 22.místo – 25m bazén
200Z - Tomáš Veškrna - 10.místo - 25m bazén
10.místo – 50m bazén
50 P - Tomáš Veškrna – 16.místo – 25m bazén
100P - Tomáš Veškrna - 14.místo - 50m bazén
50 M - Tomáš Veškrna - 22.místo - 25m bazén
22.místo - 50m bazén
100M – Tomáš Veškrna - 16.místo – 25m bazén
100 PZ – Tomáš Veškrna – 21.místo – 25m bazén
200 PZ – Tomáš Veškrna - 9.místo - 25m bazén
Tomáš Veškrna - 7.místo - 50m bazén
400PZ – Tomáš Veškrna - 6.místo – 25m bazén
5.místo - 50m bazén
800VZ – Tomáš Veškrna – 17.místo – 50m bazén
1 500VZ – Tomáš Veškrna – 15.místo – 50m bazén

Tabulky plaveckých výkonů – žačky

50 VZ – Sára Doležalová – 9.místo – 25m bazén
400VZ – Sára Doležalová – 6.místo – 25m bazén
50P – Tereza Vechetová – 10.místo – 50m bazén
100P – Tereza Vechetová – 6.místo – 25m bazén
200P – Tereza Vechetová – 10.místo – 25m bazén
50M – Sára Doležalová – 9.místo – 25m bazén
100M – Sára Doležalová – 4.místo – 25m bazén
100PZ – Sára Doležalová – 7.místo – 25m bazén
200PZ – Sára Doležalová – 4.místo – 25m bazén

Tabulky plaveckých výkonů – žáci

1 500VZ – Erik Řezníček – 10.místo – 50m bazén
100 M – Erik Řezníček – 10.místo – 50m bazén
Adam Černý – 7.místo – 50m bazén

Činnost oddílu :

Naši plavci trénují od září 2013 ve čtyřech skupinách :

Skupina 1 – může trénovat 9,5 hodin týdně ve vodě / každý den odpoledne 1,5 hod.ve vodě + 2x jedna hodina ráno ve vodě + 1 hodina týdně v tělocvičně.V současné době má 14 členů.Věková skupina – 1995 - 2001

Trenér – Zdeněk Krčál

Skupina 2 – může trénovat 7 hodin týdně ve vodě + 1 hodina týdně v tělocvičně.Má celkem 10 členů.Věková skupina – 2001 - 2003

Trenér – do konce roku 2013 – Jarka Štanclová – od ledna 2014 – Zdeněk Krčál

Skupina 3 – může trénovat 4 hodiny týdně ve vodě.Má celkem 11 členů.Věková skupina 2003 – 2005

Trenér – do konce roku 2013 – Zdeněk KRČÁL – OD LEDNA 2014 – FRANTIŠEK ZIMA

SKUPINA 4 – KONDIČNÍ – MŮŽE TRÉNOVAT 4 HODINY TÝDNĚ VE VODĚ.CELKEM MÁ 9 ČLENŮ.VĚKOVÁ SKUPINA 1997 – 2005.

TRENÉR – DO KONCE ROKU 2013 – JARKA ŠTANCOVÁ – OD LEDNA 2014 – FRANTIŠEK ZIMA

Soustředění :

V tomto období se uskutečnili tři soustředění.

1. 26.4. – 28.4. 2013 – Jalovec

Tradiční kondiční soustředění – účast 25 dětí + 3 vedoucí

2. 27.9. – 29.9. 2013 – Pelhřimov

Tentokrát jsme zvolili plavecké soustředění.Ubytování a stravování bylo ve Sporthotelu Pelhřimov pod bazénem.Plavecké tréninky se prováděli v plaveckém bazéne Pelhřimov.Tohoto soustředění se zúčastnilo 20 dětí + 3 vedoucí.

3. 17.8. – 24.8. 2013 – Doubrava

Tradiční letní soustředění společně s mladými plavci z Jihlavského plaveckého klubu AXiS a Vodomílku Jihlava. Z Laguny Třebíč se zúčastnilo celkem 33 dětí + JPK Jihlava bylo 14 dětí a z Vodomílku bylo 5 účastníků. Vedoucích bylo celkem 8. Celkový stav činil 60 osob.

V loňském roce / 2012 / jsme na Doubravě byli velmi spokojeni / hřiště, dobré jídlo atd. / . Proto jsme se pro Doubravu rozhodli i v roce 2013. Bohužel za rok stačil areál se dost negativně změnit. Co se týká sportovní náplně – byl jsem spokojen s přístupem velké většiny účastníků / u některých jsem byl i překvapen /. Chování na pokojích také dobré.

Ubytování :

V místnostech nevytřeno pod postelemi, staré matrace, deky a polštáře. Pisoáry nesplachující – po celý den tam byl zápach. Sprchy tentokrát fungovaly všechny, ale kapacita asi jen pro polovinu účastníků – pak už byla voda studená.

Stravování :

Každý den nadýchaná pomazánka připravená na stole – bez ohledu na počet a věk účastníků. Všichni prostě stejně – malí – velcí – vedení – Vodomílek. Chleba a rohlík na počet. Maso – taky stejně / i vedoucím a starším / , to co měla nejmenší děvčata – měli jsme i my. Přídavky žádné.

Bufet, ale fungoval bez problémů.

Pro příští rok jsme se po těchto zkušenostech rozhodli opustit Doubravu / škoda, protože prostředí je tam opravdu pěkné / a obsadíme Jalovec, který dobře známe / ubytování v chatkách, televize, sprchy / .

Závěrečné hodnocení :

Nejlepší plavec – dorost – Tomáš Veškrna

žáci 1999 – 2001 – Tereza Vechetová

žáci 2002 – 2004 - Sára Doležalová

Nejlepší docházka – dorost – Tomáš Veškrna, Adam Roth, Věra Rymešová

žáci 1999 – 2001 – Tereza Vechetová, Erik Řezníček, Kateřina Mazalová

žáci 2002 – 2004 – Adam Černý, Antonín Čaněk, Sára Doležalová

Tréninková aktivita – dorost – Věra Rymešová, Adam Roth, Martin Vrba

Tomáš Veškrna, Klára Maloušková

žáci 1999 – 2001 – Jan Trutna, Tereza Vechetová, Kateřina Mazalová

Radka Březnová, Petr Kavka, Erik Řezníček, Magda Vafková

Alex Burket, Petr Míček

žáci 2002 – 2004 – Anna Havlenová, Karel Fučík, Sára Doležalová, Adam Černý

Antonín Čaněk, Jiří Vašíček, Matyáš Nestrojil

Několik slov na závěr :

Na začátku bych chtěl poděkovat vedení Laguny za jejich vstřícnost, neboť podmínky jaké zde máme by nám mohli zavidět i větší a lepší plav. oddíly. Je jen škoda, že nejsme schopni tohoto patřičně využít. Zde narážím na docházku na tréninky. Tréninková náplň je daná a kdo často chybí, tak se potom na tréninku trápí. Všeobecně platí, že tzv. přípravka / 3.+ 4.tř.

by měla plavat až 5 x týdně v rozsahu 6 hodin /,5.+ 6tř. 6x týdně 1,5 hod.trénink – tj.9 hodin týdně – cca 2 km za hod.a uplavat za týden min.18 – 22 km a 7.+ 8.tř. plave 7 – 9x týdně 90 minut – celkem 10,5 – 13,5 hod.týdně – cca 2,3 km za hod. a uplavat za týden 25 – 30 km. Každý si může spočítat jak na tom skutečně je a kolik km za týden uplave. Jihlava plave – 5.tř. - 8 hodin týdně,6.třída - 9 hodin,7.třída – 10,5 hodin.atd.Tam je to,ale daný sportovními třídami.

Na závěr bych chtěl poděkovat všem,kteří reprezentovali náš oddíl na Mistrovstvích republiky / už jenom dostat se mezi 24 nejlepších plavců v republice je úspěchem / i těm,kteří se sice na Mistrovství nedostali,ale plavání je pro ně koníčkem a baví je to.Byl jsem velmi spokojen s 1.skupinou s kterou se mi dobře pracovalo / doufám,že oni se mnou také / a docela jsem se na tréninky těšil.Co se týká 3.skupiny,ktou jsem převzal v září 2013 - i zde jsem se na tréninky těšil.

Nemůžu v tomto ohlédnutí zapomenout ani na Jarku Štanclovou,ktou v prosinci skončila.I jí patří velký dík za práci ktou u nás v oddíle vykonala.

2. Vedlejší činnost – plavecké kurzy pro děti a dospělé

Plavecký oddíl organizuje i plavecké kurzy pro děti ve věku 5 – 15 let.Děti se zde naučí základní plavecké dovednosti,tak aby vodní prostředí pro ně bylo příjemné.Děti mají možnost následující roky v kurzech pokračovat a tak si zdokonalit jednotlivé plavecké styly.Vzhledem k tomu,že je zde úzká spolupráce s plaveckým oddílem,plavci,kteří mají zájem mohou se zúčastnit i plaveckých závodů.Děti mají možnost i přestoupit do tréninkové skupiny v plaveckém oddíle a tím se zařadit do tréninkové přípravy na vrcholy sezóny.

Plavecké kurzy pro děti jsou organizovány každý den mimo neděle a to po celý školní rok.V současné době plavecké kurzy navštěvuje 170 dětí.

Plavecké kurzy pro dospělé jsou organizovány 3x týdně po celý školní rok.Plavci mají různé plavecké dovednosti a dle toho je k nim přistupováno.Do těchto kurzů jsou zařazeni kondiční plavci,kteří chtějí zdokonalit svůj plavecký styl,ale i úplní neplavci.V současné době je do kurzů zařazeno 20 plavců.

Zdeněk Krčál