

Mládež

žije športom

2 / 2012

*Pozvánka
na Ligu
mužov*

*Vzpieranie
ako zimný
šport*

*Krúžková
činnosť*

*Školská liga
pokračuje
Baby Barbell
štvorboj*

*Letná škola
2012*

*Ďalšie mládežnícke súťaže
Predolympijské dianie*





V januárovom kole školskej ligy ďalšie zlepšenia

ŠKOLSKÁ LIGA



V popoludňajších hodinách sa na ZŠ Kubranská v Trenčíne uskutočnilo tretie kolo súťaže pre žiakov základných škôl v Baby Barbell štvorboji. Tie predchádzajúce dve sa konali ešte v minulom roku, takže na 18. január nominoval VK KOFI Trenčín 12 chlapcov a 5 dievčat. Pozvané sú ZŠ z Nového Mesta nad Váhom a Tr. Teplíc. Žiaci a žiačky súťažili v štyroch disciplínach na súčet bodov.

Opäť sme zaznamenali viaceré výrazné zlepšenia. *"Stačí porovnať tri kolá a človek má radosť zo zlepšenia, čiže jeho práca nevyšla nadarmo. Keď sa budú zlepšovať ešte 5 kôl, tak to bude super !"* nadšene konštatoval po súťaži tréner Mgr. Milan Kováč

Spoločná fotka

Výsledky prípravky na súčet bodov (pretekári VK KOFI Trenčín) :

Meno	Ročník	Tel. hm.	Hod	Trojskok	Trh	Nadhod	Štvorboj
Tóno Ondruška	2000	32,00	66	55	45	45	211
Samo Dobiáš	2001	30,00	58	51	45	44	198
Pavol Puna	2002	30,00	48	52	42	44	186
Samo Brlej	2002	35,00	40	48	45	42	175
Andrej Bartoš	2004	21,80	23	37	33	43	136
Marek Minárik	2000	40,00	63	57	45	45	210
Laura Svrčková	2005	29,00	29	40	45	38	152
Julia Kuráková	2004	41,00	46	43	45	45	179
Dominika Dobiášová	2004	36,00	26	35	30	42	133

Májový svetový šampionát v Guatemale

Z BUDÚCICH SÚŤAŽÍ



V prvej polovici mája budú prebiehať 38. MS juniorov a 18. MS junioriek do 20 rokov vo vzpieraní. Dejiskom podujatia bude mesto Antigua Guatemala, presnejšie kultúrne centrum Salón Cesar Branas, pomenované po miestnom literátovi. Svetový šampionát bude organizačne spojený s panamerickými kontinentálnymi majstrovstvami, a keďže prvý polrok 2012 na vzpieraní patrí kontinentálnym olympijským kvalifikáciám, pre Američanov bude aj bojom o miestenky na OH v Londýne.

Európania budú mať v tom čase kvalifikáciu už za sebou, naši súťažiaci už v apríli na seniorských ME v Turecku.

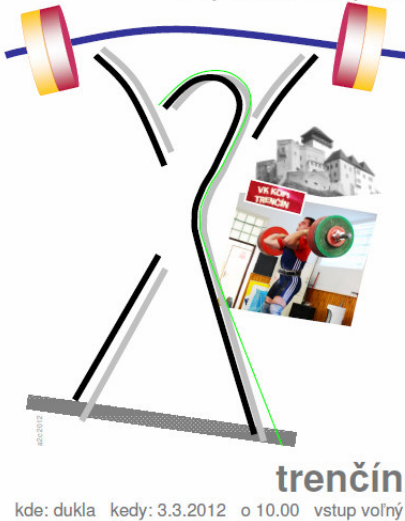
Mládež žije športom

Úvodná ligová súťaž mužov

POZVÁNKA NA LIGU MUŽOV DO TRENČÍNA

V prvej polovici marca štartujú tohtoročné ligové súťaže družstiev. Uskutočnia sa úvodné kolá extraligy aj ligy mužov, v druhej polovici marca aj žiacke a dorastenci. 2. kolo dlhodobých súťaží mužov bude prebiehať až v júni v Banskej Bystrici a finále v novembri ukončí sériu súťaží družstiev v roku 2012, s výberom usporiadateľa podľa najlepšieho výsledku po 2 kolách.

1. kolo liga muží západná skupina



Do ligovej súťaže mužov sú vo východnej skupine prihlásené družstvá Viktórie Košice, MKVaSŠ Košice (B –tím) a Diana-Orol Ružomberok po postupe do extraligy prihlasuje v lige svoj B –tím. Tatran Krásno nad Kysucou sa presunul do západnej skupiny, kde súťažia družstvá Strojár Hurbanovo, KOFI Trenčín a Dunajplavba Bratislava. V ligovej súťaži nepokračuje Thermál Veľký Meder, extraligový Hlohovec, mužov neprihlásilo ani Štúrovo.

Vlaňajšie poradie v lige mužov : 1. RBK 4764,1105 b. (postup do extraligy), 2. KTN 4731,1503 b., 3. KOŠ 4084,0582 b., 4. DUN 3990,7098 b., 5. KNK 3821,5185 b., 6. HUR 3600,8070 b., 7. MKE-B 3401,6354 b., VME (1. kolo), ŠTU nezúčast. Najlepšie výhliadky na postup má opäť Trenčín. V pravidlách nebola avizovaná žiadna zmena.

V prvú marcovú sobotu sa súťaže uskutočnia v troch mestách. Na západe štartujú muži v lige v Trenčíne, zatiaľ čo východná skupina v Košiciach popri medzinárodnej mládežníckej súťaži, a súčasne extraliga v Ružomberku, pričom sa očakáva aj kvalifikácia na aprílové ME v Antálii.

Trenčianske ligové podujatie sa divákovi otvára už od 10. hodiny.

Štvrté kolo v Novom Meste spoločne s kontrolkami mladších žiakov

ŠKOLSKÁ LIGA



Na pokračovanie školskej ligy vycestovali Trenčania do Nového Mesta nad Váhom. Uskutočnilo sa spoločne s kontrolným pretekmi mladších žiakov VK KOFI Trenčín, pred celoslovenskými ligovými súťažami mladšieho žiactva, v ktorých už tento rok nastupuje aj ročník 2002, a teda vlaňajšia prípravka. Účastníci už dostali aj inštrukcie k súťažnému protokolu.

Zimné ochorenia sa podpísali pod nižšiu účasť, zato viaceré výsledky v školskej lige boli lepšie od predchádzajúcich. Trenčiansky tréner Mgr. Milan Kováč : *"Zažiarili Andrej Baroš a Dominika Dobiášová, na fotkách. Kolo malo charakter kontrolného štartu mladších žiakov a potvrdilo svoje opodstatnenie, keď si ročníky 2001 a 2002 vyskúšali, akú majú formu, a ako sa majú správať na pretekoch."*

Výsledky prípravky na súčet bodov, hodnotí sa spôsob prevedenia :

Meno	Ročník	Kružok	Tel. hm.	Hod	Trojok	Trh	Nahod	Štvorboj
Ondrej Bobocký	2004	PNM	31,50	32	45	30	39	146
David Lukáč	2003		37,80	28	38	36	39	141
Andrej Bartoš	2004	KOFI	21,80	17	37	39	45	138
Dominika Dobiášová	2004		37,50	37	37	42	42	158



Výsledky mladších žiakov, súťažiacich podľa pravidiel mládežníckeho štvorboja na najlepší pokus zo súčtu hmotnosti činky a bodov za techniku (pretekári VK KOFI Trenčín) :

Meno	Ročník	Tel. hm.	Hod	Trojok	Trh	Nahod	Štvorboj	Sinclair	Absol. hodn.
Tóno Ondruška	2000	32,00	55	58	37	45	195	217,8	330,83
Pavol Puna	2002	30,40	50	57	38	45	190	234,1	341,14
Samuel Brlej	2002	35,80	43	50	29	33	155	145,3	238,32

V Innsbrucku boli prvé Zimné olympijské hry mládeže

MLÁDEŽ – ZO SVETA

Zatiaľ, čo prvé letné OH mládeže sa konali pred dvomi rokmi v Singapure, ich zimná verzia sa dočkala uvedenia až tento rok. Innsbruck, ležiaci v rakúskych Alpách, mal na usporiadanie výborné predpoklady.



Na svojom konte má Tirolsko už dve veľké zimné olympiády v rokoch 1964 a 1976. V polovici januára 2012 sa pozornosť sústredila na mládežnícky šport. V siedmich zimných športoch mládežníci súperili v 15 disciplínach.

V programe bolo lyžovanie, sánkovanie, biatlon, korčuľovanie, ľadový hokej, boby, skeleton a curling, najviac (6) disciplín malo však lyžovanie. So Innsbrucku cestovala aj výprava zo Slovenska, ktorá sa vracala s dobrými výsledkami. Kultúrno-vzdelávací program prebiehal denne, v šiestich tematických okruhoch, určený nielen pre účastníkov, ale i miestnu mládež.

Naše letné OH mládeže sú v príprave, uskutočnia sa v roku 2014 v čínskom Nankingu. V dlhodobej príprave sú tak ročníky dnešných starších žiakov a čiastočne aj mladšieho dorastu. *ilustračné foto web podujatia*

Mládež žije športom

Olympijská štafeta možno zavíta aj do vášho mesta

Z PREDOLYMPIJSKÉHO DIANIA

Olympijskú štafetu nazvanú Posolstvo Hráv XXX. olympiády Londýn 2012 organizuje Slovenský olympijský výbor počas troch mesiacov. Štart je pripravený v apríli Bratislave, odkiaľ sa bude 42 bežcov postupne presúvať cez jednotlivé regióny a etapové mestá, s plánovaným návratom štafety počas olympijského dňa 23. júna späť do Bratislavy.



Účastníkmi štafety budú olympijské osobnosti aj športovci, ktorých vyberie SOV. Štafeta sa bude presúvať chôdzou, behom, kolieskovými korčuľami, kolieskovými lyžami, kolobežkou či bicyklom. Na olympijských kluboch sa s príchodom štafety budú konať rôzne sprievodné podujatia športového, spoločenského a kultúrneho charakteru, vrátane festivalov mládeže (OFDMS), súťaží odznaku všestrannosti (OLOV), besied, autogramiád, výstav, kvízov..

Na internetovej stránke podujatia (stafeta2012.webnode.sk) sú uvedené etapové mestá s dátumom príchodu štafety, a nechýba ani mapka. Z Bratislavy (1.apríl) vedie plánovaná trasa cez Dunajskú Stredú (3.-4. apríl) a Nové Zámky (6.-8. apríl), Nitru (10.-12. apríl).. Banskú Bystricu (20.-22. apríl)... nasleduje prvá prestávka, po ktorej štafeta zavíta do Košíc (4.-6. máj) a ďalších miest východu, odkiaľ sa vracia cez Poprad (15.-17. máj) a Liptovský Mikuláš, po druhej prestávke cez Žilinu a Trenčín (1.-3. jún), .. do cieľa v Bratislave.

Olympijský odznak všestrannosti

DOMÁCE OLYMPIJSKÉ SÚŤAŽE



Olympijský odznak všestrannosti je súťaž, ktorú organizuje Slovenský olympijský výbor v spolupráci s olympijskými klubmi na Slovensku. Olympijské kluby nájdeme v Banskej Bystrici, Bratislave, Dunajskej Strede, Košiciach, Kysuciach, Liptovskom Mikuláši, Lučenci, Nitre, Nových Zámkoch, Prešove, Prievidzi, Spišskej Novej Vsi, Šahách, Trenčíne, Trnave, Turci, Vysokých Tatrách a v Žiline. Do súťaže sa môžu zapojiť všetky vekové kategórie.

Súťaží sa v športových disciplínach, umeleckých (literárne, výtvarné a fotografické súťaže), kultúrno-vzdelávacích oblastiach (vedomostné súťaže, environmentálne aktivity, publikačná činnosť) počas roka 2012. Vlni si súťaž úspešne otestovala štvorica olympijských klubov. Viaceré olympijské kluby naplánovali odznakovú súťaž na dni, počas ktorých bude mestom prechádzať olympijská štafeta. Viac na olov.webnode.sk

Nové weby 2012

INFOSERVIS

Prelom rokov už tradične priniesol aj novinky v internetovej oblasti. Niektoré webové stránky sa dočkali zmien, iné zase „vynoveného šatníka“. Informácie a články Denníka Šport už nájdeme na inej adrese, takže dnes postačí do vrchného políčka napísať sport.sk. Štatistiky z oblasti vzpierania masters ponúka Rudi Seidel (DE) v novej grafickej úprave. Nových šiat sa dočkala aj stránka Českého zväzu vzpierania, aj s novým preklikom, na www.weightlifting.cz. Grafika sa mení aj na stránke maďarského zväzu www.mssz.hu, napokon nové členenie dostala aj lokalita svetovej federácie www.iwf.net. VK KOFI nájdete na pôvodnej adrese www.vkkofi.wbl.sk

Letná škola vzpierania a Letná športová škola 2012

TRENČIANSKA LETNÁ ŠKOLA



Letná škola vzpierania a Letná športová škola (NOVINKA) sa bude konať v Trenčíne 8. – 14. júla 2012. Týždenný športovo-kultúrno-poznávaci pobyt pre 10 až 12 –ročných chlapcov a dievčatá bude organizovaný v Trenčíne už ôsmy krát. Tento rok je program pohybových aktivít rozšírený aj o cvičenia používané v športovej príprave v ďalších športoch, takže je vhodný nielen na udržanie kondičky mladých futbalistov, hokejistov, atlétov, gymnastov či mladých adeptov vzpierania, ale prakticky pre všetky deti so vzťahom k športu. Navyše, žiaci si vyskúšajú cvičenia v rámci dlhoročného projektu Zdravá chrbtica, upevňujúce návyky správneho držania tela. Medzi účastníkmi letnej školy budú aj medailisti z májových majstrovstiev v mládežníckom štvorboji.

Tip : denný program letnej školy a ukážky z predchádzajúcich ročníkov na www.vkkofi.wbl.sk

Zameraním na rozvoj pohybovej všestrannosti žiackych kategórií sa letná škola výborne dopĺňa so súťažami olympijského odznaku. Vo viacerých športových disciplínach sa môžeme zdokonaľovať na oboch podujatiach, iné sú špecifické. Pripravili sme si náhľadovú tabuľku výberu športových disciplín určených pre danú vekovú skupinu na oboch podujatiach v roku 2012

Výber športových disciplín pre 10 – 12 –ročných žiakov a žiačky v projektoch LŠ a OLOV v roku 2012

	LŠ	OLOV
preskoky cez švihadlo	x	x
drep na počet opakovaní	x	
sed-lah	x	x
kľuky	x	x
skok do diaľky z miesta	x	x
trojskok do diaľky z miesta	x	x
skok do diaľky z rozbehu		x
šprint na 30 m	x	
beh na 50 m, 400 / 600 m		x
slalomový beh		x
prekážkový beh	x	
člnkový beh		x
hod medicinbalom vpred	x	
hod medicinbalom vzad	x	
hod kriketovou loptičkou		x
výdrž v zhybe		x
drep s činkou (max 50%)	x	OK Trenčín
trh	x	
nadhod	x	

	LŠ	OLOV
šplh na lano alebo tyč s oporou		x
CEP	x	x
plávanie (tréning vo vode)	x	
plávanie 25 m		x
turistika	x	x
loptové hry	x	x
- futbal (a variácie)	x	x
- volejbal	x	
- basketbal (a variácie)		x
- hádzaná (a variácie)		x
- florbal (a variácie)		x
cvičenia Zdravá chrbtica	x	
slalom cez prekážky na bicykli		x
inline skating		x
zimné disciplíny (korčule, lyže, puk na ľade..)		x

Mládež žije športom

Deti urobili zo vzpierania aj zimný šport

VESELÉ FOTO



V Trenčíne sa činka pri kozube neohreje. Linda Svrčková a Miško Černák nezaháľali, a pod'ho s činkou do snehu. Trénera si postavili v predstihu, takže vzpieraniu so zakrytými lakt'ami už nič nebránilo:)



Mládežnícke súťaže

Mládež žije športom 2 /2012



a2c 2012 podľa: klubové info, web, uvedené v texte

Fotografie: archív VK KOFI Trenčín, začiatočníci v novej školskej činkárni, ďalšie web alebo uvedené v texte.

Publikácia neprešla jazykovou korektúrou.

Počet strán : 7

Pripomienky : na vkkofo@gmail.com

www.vkkofo.wbl.sk