

Mládež

9 / 2012

žije športom



Dievčatá VK
KOFI Trenčín
s trénerom na
Velkej cene
Titanos vo
vzpieraní žien
v Nemecku

Grand Prix Titanos v meste ruží

9. MEDZINÁRODNÁ VEĽKÁ CENA TITANOS VO VZPIERANÍ ŽIEN

9. Medzinárodná veľká cena Titanos vo vzpieraní žien prebiehala od 28. júna do 1. júla. V roku 2012 súťaž získala nového sponzora, internetovú podporu vzpierania Titanos.net. Okrem hlavnej súťaže žien sa konajú aj 5. MVC dievčat, 3. MVC detí a premiérový ročník MVC žien-masters. Nová podoba súťaže tak skompletizovala všetky vekové kategórie žien.

Usporiadateľom pred-jubilejného ročníka bol vzpieračský klub FAC Sangerhausen z Nemecka. Podujatie sa konalo v sasko-anhaltskom „meste ruží“ – Sangerhausene. Mesto sa preslávilo svojím rozáriom, Europa-Rosarium je park s najväčšou zbierkou ruží na svete, založený ešte v roku 1903 a dodnes udržiavaný priateľmi ruží. Vo svojom fonde ich má vyše 8300 druhov a vyslúžilo si aj zápis v Guinnessovej knihe rekordov.

Samotný park býva dejiskom nielen medzinárodných konferencií o ružiach, susediace otvorené pódium Rosen Arény malo byť pôvodne dejiskom vzpieračskej súťaže. V aréne sa však počas roka koná množstvo podujatí kultúrneho, spoločenského i športového charakteru, a tak sa stalo, že v termíne bola obsadená futbalovou projekciou, a súťaže žien sa presunuli do inej haly v meste, Mammuthalle.



pokračovanie..

pokračovanie – Grand Prix žien

Podujatie otvorili slávnostné príhovory predstaviteľov mesta Sangerhausen, Nemeckého zväzu vzpierania a mládežníckeho vzpierania zväzu, mestskej športovej organizácie a usporiadateľského klubu. Pretekárky prihlasujú do súťaže vysielajúce federácie alebo kluby vzpierania. Na súťaž zo Slovenska vycestovala reprezentácia **VK KOFI Trenčín**. Pre víťazky boli vypísané aj finančné prémie a špeciálne darčeky Titanos podľa poradí. Súťažnými dňami sú piatok a sobota, ukončené tradičným banketom, počas ktorého pokračuje vyhodnotenie podľa bodov a tímov.

Ako prvé na pódiu vystúpili kategórie detí a dievčat. Deti vo veku 8 až 10 rokov mali zastúpenie z domáceho klubu, s výsledkami na úrovni 96, 105, 157 bodov. V kategórii dievčat vo veku 11 a 12 rokov štartovalo 8 pretekárook z nemeckých klubov, Kremisu a Čiech, s bodovými výsledkami od 95 do 133 b., rakúska víťazka mala 164 b. V kategórii 13 – ročných dievčat sa na štart postavilo 5 dievčat z nemeckých klubov a Čiech, bodovo v rozsahu od 87 do 147 b. Najmladšie kategórie boli hodnotené v poradí podľa sinclairových bodov.



Trenčianska reprezentácia štartovala v kategórii žien. Hlavná súťaž je už po deviaty krát hodnotená štandardne, ako sa vo vzpieraní patrí : v dvojboji v hmotnostných kategóriách žien od 14 rokov, ku ktorému sa pridávajú bodové poradia mládežníčok do 17 rokov, junioriek do 20 rokov a seniorských pretekárook, žien súhrnne.

V kategórii žien do 63 kg štartovalo 12 pretekárook z piatich krajín európskeho a amerického kontinentu, ročníky 88 až 98, vo veku 14 až 24 rokov. **Lenka HORNÁ** obsadila piate miesto s výsledkom 142 kg v dvojboji. Trh ukončila so 65 kg, čo bolo o dve kilá viac ako štvrtá, obe sa pokúsili o 68 kg, ale neúspešne. Spomedzi záverečných pokusov v nadhode kategórie boli platné iba tri.

Lenke dvakrát nevyšlo 80 kg, ktoré zaznamenala pred týždňom na univerziáde, a ktoré by ju boli dostali na 4. pozíciu, ale najlepšia trojka s výkonmi 179 až 197 kg utiekla početnejšiemu zvyšku. Vzhľadom na konkurenciu to bolo naše najlepšie vystúpenie na súťaži.

TITANOS.net
Internet Support of Weightlifting

V kategórii do 69 kg sa ôsma umiestnila **Dominika SRNÁKOVÁ**. Členka VK KOFI, a zvyčajná účastníčka našich študentských súťaží, na pódiu predviedla 5 platných pokusov, s výsledkami 44 kg v trhu a 51 kg v nadhode, a výsledok si zapísala do ročných tabuliek. Od univerziády predviedla zlepšenie v trhu.



Na podujatí štartovalo súhrnne 69 pretekárook všetkých vekových kategórií, klubov a krajín Rakúska, Poľska, Slovenska, Česka, Anglicka, Írska, USA a domácich z Nemecka. Naše pretekárky statočne bojovali aj v letných horúčavách.

pokračovanie ..

Mládež žije športom

pokračovanie – Grand Prix žien



Zuzana SVRČKOVÁ sa umiestnila štvrtá v najťažšej kategórii žien. Poradie v trhu išlo vzostupne s rozdielom 1 kg. Trojica pretekárk sa pokúsila o 98 kg v záverečnom pokuse v nadhode, Zuzane by priniesli vzhľadom na nižšiu telesnú hmotnosť druhé miesto, ale úspešná nebola žiadna, a Zuzane záverečný pokus rozhodcovia neuznali 2:1. O poradí tak rozhodli rozdiely v trhu a ocenenie Zuzanu tesne minulo. Bola by sa posunula pred domáce pretekárky na druhé miesto. Zvyčajné veľké rozdiely v telesnej hmotnosti v tejto kategórii však neboli výhodou v umiestnení tretej, i keď mala o 7 bodov kvalitnejší výsledok než druhá. Zuzane zostáva v ročných tabuľkách zapísaný výsledok z Antálie. Snáď je výsledkom na dosah druhého stupienka trochu aj sklamaná, ale predviedla dobré vystúpenie.

Výsledky žien VK KOFI Trenčín v hmotnostných kategóriách :

| Umieš. | VK KOFI Trenčín | Hm. kat. | Ročník | Tel. hm. | Trh | Nahod | Dvojboj | Body |
|--------|-------------------|----------|--------|----------|-----|-------|---------|--------|
| 5 | Lenka HORNÁ | 63 | 1985 | 61,10 | 65 | 77 | 142 | 180,06 |
| 8 | Dominika SRNÁKOVÁ | 69 | 1987 | 64,90 | 44 | 51 | 95 | 115,95 |
| 4 | Zuzana SVRČKOVÁ | +75 | 1980 | 99,50 | 76 | 92 | 168 | 172,18 |



Najlepšie hodnotenie na body získalo vo všetkých vekových kategóriách žien Poľsko. V kategórii mládeže štartovali nemecké kluby a poľská víťazka nazbierala 198 b. V kategórii junioriek bolo hodnotených 5 pretekárk zo štyroch krajín, víťazka nazbierala 182 bodov. Seniorské poradie pozostávalo z takmer päťdesiatky výsledkov, víťazka dosiahla 246 bodov, **Lenka Horná** obsadila 14. priečku so 180 b., **Zuzana Svrčková** 21. priečku so 172 b. a študentka **Dominika Srnáková**, ktorá dosiahla výborné výsledky vzhľadom na nedávne zdravotné maródovanie, hrdinsky zaujala 43. priečku so 116 b.

Kategória žien-masters bola hodnotená podľa počtu veterárnskych bodov v troch vekových skupinách. Pri rozsahu

158 až 195 bodov v skupine F3 zvíťazila nemecká pretekárka, v skupine F4 zvíťazila so 109 b. reprezentácia masters Veľkej Británie, a v kategórii F5 so 125 b. pretekárka z Írska.

Účastníčky súťaží boli okrem trofejí a prémie v Sangerhausene obdarované ako inak - ružami.

Vo vyhodnotení sedmičky tímov obsadil VK KOFI Trenčín iba s tromi pretekárkami skvelé 4. miesto v strede tabuľky.

Poradie tímov

Slovami trénera trenčianskeho tímu Mgr. Milana Kováča : „*Podujatie bolo usporiadané na vynikajúcej úrovni a ukázalo pokračujúci vzrast záujmu žien a federácií podporovať ženské vzpieranie od úrovne dievčat, až po úroveň veteránok.*“ Žiaľ, práve táto podpora u nás chýba. Prestávky medzi jednotlivými súťažami organizátori vhodne vyplnili sprievodnými kultúrnymi podujatiami, štandardne tanečnými a hudobnými vystúpeniami.

Jubilejný 10. podujatie usporiada Viedeň. Po úspechoch úvodných ročníkov i tých ostatných, s klubovou účasťou, sa náš tréner nevzdáva nádeje na nominovanie zväzovej výpravy. Slovenským výberom by sme dokázali pokryť viaceré vekové kategórie a miesto súťaže bude iba niekoľko kilometrov od hraníc, u susedov.

pokračovanie na strane 10

| Um. | Družstvá | Body |
|-----|-------------------------|--------|
| 1 | Start VD Plzen (CZE) | 689,09 |
| 2 | LV Sachsen-Anhalt (GER) | 610,90 |
| 3 | Team Sachsen (GER) | 514,86 |
| 4 | Trenčín (SVK) | 468,19 |
| 5 | LV Brandenburg (GER) | 481,75 |
| 6 | Rodewisch (GER) | 480,24 |
| 7 | Herrnburger AV (GER) | 477,85 |



Najlepšie výsledky mladšej školskej kategórie a mladších žiakov VK KOFI Trenčín vo viacbojoch v prvom polroku 2012

POLROČNÉ PORADIA

Dokončenie polročných vyhodnotení VK KOFI Trenčín z predchádzajúceho Leta na vzpieraní. Mladší žiaci VK KOFI sa v prvom polroku zúčastnili ligovej súťaže a domáceho štvorbojového šampionátu, domácich a zahraničných turnajov a prípravka štartovala vo vlastnej lige základných škôl. Klub sa snažil poskytnúť, sprostredkovať aj vytvoriť široký výber súťažných príležitostí a výsledky najmladších vzpieračov o tom aj napovedajú. **Družstvo mladších žiakov VK KOFI Trenčín sa hrdí najlepším výsledkom v celoslovenskej lige pred finále.** Prejdime si aj úspechy jednotlivcov.

Ako už sme spomenuli, mladšie žiačky do 10 rokov sa nám zatiaľ pripravujú na súťažiach základných škôl, kde sa im vynikajúco darí, a ich prípadné pôsobenie na zväzových súťažiach v budúcnosti bude

ich rozhodnutím. Mladší žiaci vo veku od 10 do 12 rokov (ročníkov 2000 až 2002) už svoje úspechy žnú, prevažne v ľahších hmotnostných zaradeniach. **Pavol PUNA** zaznamenal najlepší výsledok polroka v máji v kategórii do 30 kg, a 4. najlepší výsledok kategórie do 33 kg z februára, poradie mu však „ukradli“ vlastní klubovci:) **Tónko ONDRUŠKA** sa v kategórii vyznamenal druhou pozíciou v polročnom rebríčku, nasledovaný **Samuelom DOBIÁŠOM** (májové štvorbojové výsledky). **Samuel BRLEJ** kraľuje kategórii chlapcov do 36 kg, v marci pri svojej „zimnej váhe“ do 40 kg zaznamenal 5. najlepší výsledok v polročnom hodnotení, polovicu bodu od štvrtého. **Thomas ŠKUNDA** obsadil s marcovým výsledkom tretiu priečku k polroku v kategórii do 45 kg.

Tabuľka mládežnícky štvorboj, pretekári VK KOFI v prvom polroku 2012

| Hm. kat. | Umiest. | VK KOFI Trenčín | Roč. | Tel. hm. | Hod | Trojskok | Trh* | Nadhod* | Štvorboj |
|-----------|---------|-----------------------|------|----------|-----|----------|------|---------|----------|
| 30 kg (2) | 1 | PUNA Pavol | 2002 | 29,90 | 65 | 59,5 | 38 | 43 | 205,5 |
| | 2 | ONDRUŠKA Anton | 2000 | 31,50 | 66 | 60,5 | 37 | 45 | 208,5 |
| 33 kg (6) | 3 | DOBIÁŠ Samuel | 2001 | 31,60 | 62 | 53,5 | 34 | 42 | 191,5 |
| | 4 | PUNA Pavol | 2002 | 30,40 | 50 | 57 | 38 | 45 | 190 |
| 36 kg (3) | 1 | BRLEJ Samuel | 2002 | 35,50 | 52 | 49 | 33 | 37 | 171 |
| 40 kg (5) | 5 | BRLEJ Samuel | 2002 | 36,30 | 44 | 48 | 26 | 32 | 150 |
| 45 kg (5) | 3 | ŠKUNDA Thomas | 2002 | 41,50 | 69 | 52 | 25 | 30 | 176 |

* súčet kg a technických bodov

Mládež žije športom



29 pretekárov vytvorilo na Slovensku polročné absolútne poradie. Tento počet sa dá do budúcnosti označiť ako varujúci, čo sme mohli pozorovať aj v obsadení hmotnostných kategórií. Výpočet bodov zohľadňuje štvorbojový výsledok, aj telesnú hmotnosť pretekára. Od tretieho miesta delilo **Pavla PUNU** sotva 12 bodov. **Tónko ONDRUŠKA** ho v rebríčku nasleduje, je najlepším pretekárom ročníka 2002. **Samuel DOBIÁŠ** zaujal siedmu priečku, súčasne je najlepším pretekárom ročníka 2001. V prvej dvadsiatke aj **Samuel BRLEJ**, v tretej tretine poradia zatiaľ **Thomas ŠKUNDA**, obaja účinkujú vo vekovej skupine až tento rok. S výnimkou Škundu dosiahli výsledky na májovom podujatí vo Veľkom Mederi, Thomas ešte v marci.

| R | VK KOFI Trenčín | Roč. | Tel. hm. | Absolútne |
|----|-----------------|------|----------|-----------|
| 4 | PUNA Pavol | 2002 | 29,90 | 357,57 |
| 5 | ONDRUŠKA Anton | 2000 | 31,50 | 348,35 |
| 7 | DOBIÁŠ Samuel | 2001 | 31,60 | 320,36 |
| 16 | BRLEJ Samuel | 2002 | 35,50 | 266,57 |
| 23 | ŠKUNDA Thomas | 2002 | 41,50 | 231,76 |

Najlepšie výsledky v prvom polroku 2012 dosiahli v mimo-zväzovej školskej lige členovia prípravky VK KOFI Trenčín v kategórii do 25 kg dievčat **Emka ČACHOVÁ** (ročník 2004), v kategórii do 30 aj 33 kg **Laura SVRČKOVÁ** (2005), v kategórii do 40 kg **Dominika DOBIÁŠOVÁ** a v kategórii do 44 kg **Júlia KURÁKOVÁ** (obe ročník 2004).

Z chlapcov boli najlepšími v kategórii do 23 kg **Andrej BARTOŠ** a **Dušan ONDRUŠKA** (2004), v kat. do 30 kg **Patrik LAVRINEC** (2004), ďalšie kategórie obsadil Považan, až po kat. do 50 kg, ktorej dominuje **Martin KURÁK** (2003), podobne ako vlani v kategórii do 45 kg. Najťažšie kategórie prípravky nie sú dlhodobo obsadené, preto rozsah sa posunul do rozšírenia tých ľahších. Na sú-

Väčšina konkurencie pozostáva z dvanásťročných mladších žiakov, iba štyri kluby postavili ročník 2002. Ohrozená je tým budúcnosť ligy mladších žiakov, alebo sa konkurencia rozhodne zabojovať? Pripomíname, že VK KOFI Trenčín získava najlepšie umiestnenia s tým najmladším osadenstvom, a ako jeden z mála klubov môže mať skúsených mladších žiakov na štarte aj o rok- či dva, keď sa 12-roční posunú do vyšších vekových skupín.

ťažiach to však nie je dôležité, školská liga je hodnotená podľa ročníkov.

V prvom polroku 2012 sa technických súťaží okrem prípravky zúčastňovali aj mladší žiaci a mladšie žiačky z Trenčína i Považana. Na 4. kole vo februári mali mladší žiaci pri súťaži usporiadaný kontrolný štart, 6. kolo bolo obohatené o tabuľku Mládežníckeho štvorboja.

Školské súťaže prebiehajú v ôsmich kolách na prelome rokov. Súťaž sa v disciplínach **Baby Barbell štvorboja**, pričom v plastovej činke je rozložená hmotnosť symbolických šiestich kilogramov. Absolútne hodnotenie zostavené u prípravky nie je, z dôvodu zbytočného prekombinovania výpočtov, a pri inej povahe súťaží by ako také nebolo objektívne.

Zaujímavá je technika, rýchlosť, pružnosť aj úroveň zvládnutia jednotlivých atletických disciplín. Okrem Baby Barbell je k dispozícii aj ľahšia detská činka. Trenčiansky tréner Mgr. Milan Kováč netajil spokojnosť so zlepšovaním sa svojich mladých športovcov v čiastkových disciplínach. Školská liga 2011/2012 bola ukončená a všetci účastníci si zaslúžia uznanie.

Vzpierači VK KOFI Trenčín počas leta súťažne i tréningovo

LETNÉ KLUBOVÉ AKTIVITY

Jakub Fabo pred MS vo vzpieraní mládeže 2012

Športová príprava **Jakuba FABO** (1997) pred MS mládeže, ktoré budú v polovici septembra v Košiciach, sa dostáva do svojej poslednej etapy. Na prelome júla a augusta absolvoval 10 –dňové reprezentačné sústredenie dorastu vo Veľkom Mederí, pozostávajúce zo vzpieračského tréningu, všeobecnej prípravy a regenerácie. Zväzové sústredenie sa konalo pod trénerským vedením dorasteneckého realizačného tímu, s účasťou pevného výberu vzpieračov do 17 rokov.

Príprava športovcov VK KOFI Trenčín na vrcholné podujatia sa spravidla vyznačuje svojou komplexnosťou, s cieľom dosiahnutia čo najlepšieho výsledku na konkrétnom podujatí, i s ohľadom na princípy dlhodobej športovej prípravy talentovaného jedinca, tu v prípade mládeže. Preto, ako dnes jeden z mála športovcov, si na sústredenie Jakub priniesol aj tréningový denník s vypracovaným plánom od svojho osobného trénera.



Členovia VK KOFI Trenčín v príprave majú letný čas naplánovaný. Zatiaľ, čo časť seniorského klubového osadenstva s trénerom vyhradila tréningu a regenerácii časť súkromného pobytu v neďalekom zahraničí, a Lenka usilovne trénovala, i viedla tréningy detí a žiakov podľa pripravených plánov v Trenčíne, Jakub zdarne absolvoval jedno z reprezentačných sústredení. V druhej polovici augusta ho čaká, podobne ako zvyšok reprezentácie, nominačný štart na domácej pôde v Trenčíne.

Aj keď Jakub Fabo (na fotografii vpravo hore) je už „ostrieľaný pretekár“, ktorý už mnoho krát reprezentoval svoj klub na zahraničných súťažiach, MS v Košiciach budú jeho prvým svetovým štartom. Príprava domácej reprezentácie na majstrovské podujatie, usporiadané na území Slovenska v roku 2012, je jednou z línií, v ktorej sa ciele zväzu a klubu vzáčne stretávajú.



Letné tréningy VK KOFI Trenčín na Jadrane

Seniorskí pretekári VK KOFI Trenčín v lete spojili tréning s regeneráciou v Chorvátsku. Ak letný čas zvyčajne patrí dovolenkám, pre členov trenčianskeho klubu toto opäť neplatí. Vzpierači s chuťou využili podmienky posilňovne, denného plávania a potápania a možnosti blízkeho okolia mesta na slnečnom pobreží Jadranu. „Palino a Milan trénovali s plným nasadením prechodné obdobie spolu so mnou“ nechal sa počuť tréner Mgr. Milan Kováč.

Na fotografiách posilňovňa Milan Kováč ml., vonku závažia a parkúr Paľo Svrček:)

Mládež žije športom

pokračovanie – Letné klubové aktivity

VK KOFI Trenčín pred akademickým šampionátom 2012

Študentské vzpieranie je opäť hore-nohami. V kalendári súťaží sa nebezpečne rýchlo blíži termín tohtoročných Akademických majstrovstiev sveta FISU vo vzpieraní. Rozhodujúcim míľnikom je stovka dní do súťaže, potrebná na adekvátnu športovú prípravu jednotlivcov.

Ostatné AMS vo vzpieraní sa konali pred dvomi rokmi na Taiwane, odkiaľ si klubový študent Pavol SVRČEK priniesol 2 zlaté a 1 bronz, majstrovský titul v kategórii do 85 kg. Úradujúcim majstrom je v podstate doteraz posiaľ, keďže vlašnejší akademický top predstavovala Svetová letná univerziáda a AMS sa nekonali. Ostatne, aj na univerziáde VK KOFI Trenčín získal, a to Gogorovej umiestnenie v reprezentácii Trenčianskej univerzity. Čas na vzpieranie postupuje, Pavol Svrček už prekročil vekový limit pre účastníkov, daný svetovou federáciou, a Norika po univerziáde a bronz na MEJ „boxuje“ v inom oddieli.

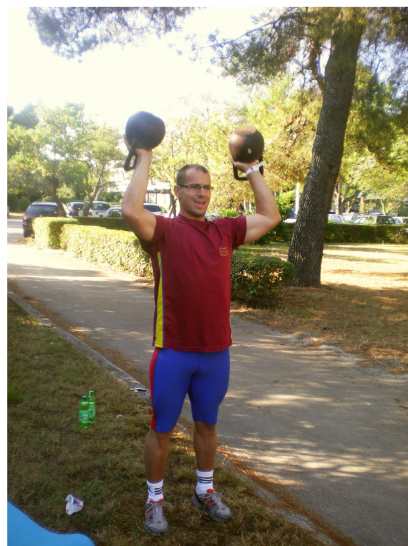
Klub si však nezúfa, do budúcich súťaží má v rukáve ďalšie esá. Prezentovali sa na domácich súťažiach, uskutočnených v tomto roku pod krídlami univerzitnej sovičky, medzi najlepšimi výsledkami v kategóriách žien aj



mužov. Výber reprezentantov na AMS 2012 ešte nebol uskutočnený, takže športovci VK KOFI pod vedením Mgr. Milana Kováča zahájili tréningovú prípravu na prípadnú účasť.

Finále ligových súťaží v Trenčíne

BUDÚCE PODUJATIA

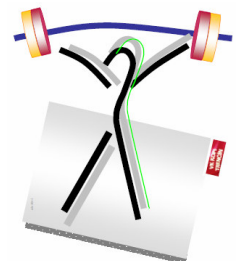


VK KOFI Trenčín pozýva všetkých nadšencov vzpierania na finálové kolá Ligy mužov a Ligy mladších žiakov v mládežníckom štvorboji, ktorých má tú česť byť usporiadateľom v októbri 2012.

Klub si uplatnil svoje usporiadateľské ambície **na základe poradia v spomenutých súťažiach**, v ktorých pred finále vedie. Je pekné si pripomenúť, že koncom roka **klub oslávi 5 rokov svojho úspešného fungovania na vzpieračskej scéne**.

Predbežný program uvažuje o rozložení súťaží vrátane zasadnutia od 8. hodiny ránej až do 16. popoludní. Ako prví by mali štartovať mladší žiaci, s vyhodnotením plánovaným na poludnie, zvyšok dňa už bude patriť mužom.

Podľa pravidiel v ostatných rokoch by mal víťaz mužskej ligy postúpiť na budúci rok do extraligovej súťaže. Na víťazstvo v lige však výsledok súťaže v Trenčíne stačiť nebude, rozhodnú súhrnné výsledky družstiev zo všetkých troch uskutočnených kôl. Bližšie info o súťaži v predstihu oznámi športovotecnická komisia.



V DNEŠNEJ MLÁDEŽI :

DOMÁCE SÚŤAŽE : VK KOFI MEDAILOVO NA BANSKOBYSŤRICKOM ŠAMPIONÁTE

MEDZINÁRODNÉ SÚŤAŽE : MEDZINÁRODNÁ VEĽKÁ CENA ŽIEN V NEMECKU –

TURNAJ OCEÁNIE

SERIÁL : LETNÁ ŠKOLA VZPIERANIA 2012

ŠTATISTIKY : DOKONČENIE POLROČNÝCH PORADÍ - MLADŠÍ ŽIACI A ŠKOLSKÁ LIGA

RELAX : VZPIERAČI VK KOFI V LETE SÚŤAŽNE I TRÉNINGOVO – VK KOFI PRED AKADEMICKÝM ŠAMPIONÁTOM – POZVÁNKA NA LIGU DO TRENČÍNA – INFOŠKY ZO SÚŤAŽÍ
PRÍJEMNÉ KLUBOVÉ ČÍTANIE NA LETO 2012



Čriepkové infošky

RÔZNE - MIX

Štúrovskí vzpierači súťažili v Maďarsku

Štúrovskí vzpierači navštívili v predposlednú júnovú sobotu jeden z tradičných maďarských turnajov, prebiehajúcich s vyhodnotením vo všetkých vekových kategóriách. VIII. podujatia Ireg Kupa sa v Iregszemcse zúčastnili jednotlivci a družstvá z maďarských, českých, litovských, srbských a slovenského klubu v zložení Daniel Kajan, Máté Oláh a Norbert Valovic v kategórii žiakov, a Radoslav Hudec v seniorskej. V súťaži družstiev zvíťazili domáce tímy a Litva, Štúrovo sa umiestnilo deviate. Najlepšie výsledky spomedzi žiackych účastníkov Štúrova zaznamenali Daniel Kajan (roč. 98) 45+60 kg a 143,3 b. a Máté Oláh (roč. 99) 24+33 kg a 100,9 b. Zmiešaná výprava Štúrova a Trenčína sa už chystá vycestovať na ďalší turnaj, do Srbska.

Tradičné masové turnaje s klubovou účasťou, hodnotené vo vzpieraní vo vekových kategóriách podľa Sinclaira, sú vo všeobecnosti veľmi obľúbenými medzi-klubovými stretnutiami tímov a jednotlivcov zo susedných krajín, a ich nezameniteľná atmosféra sa v histórii podpísala aj pod početné národné rekordy. Príležitostné, sviatočné, čarovné nepovinné. Pre všetkých tých, ktorí už – alebo ešte - dokážu činku nad hlavu zdvihnúť pre všetkých, ktorí chcú byť súčasťou ich vystúpení.

Skutočne nikomu nechýbajú ?

Tie naše sa pravidelne konali v Trenčíne, a boli ideálnym pódium porovnania výkonnosti s vrstovníkmi, vzpieračmi z iných krajín. Mládežnícka reprezentácia sa nemusela vyrovnávať so súťažným stresom na väčších podujatiach v budúcnosti. Mnohí konkurenti si neskôr na európskom pódium neboli neznámi. Turnaje neboli povinné, ale zväčša na nich „nikto nechcel chýbať“. Pestovali dobré vzťahy medzi trénermi aj pretekármi zo susedných krajín, ktorí sa tak navzájom rešpektovali, ako sa nám to snažil priblížiť poľský zväz aj počas tohtoročného podujatia TON.

Priateľská atmosféra na turnajoch bola prevažujúca, aj napriek drobným „žabo-myším vojnám“. Ešte pred štyrmi rokmi sme nemali jazykové bariéry, svoje miesto si našla aj zábava, klebietky a smiech nezamrzal na perách. Účastníkom sa s turnajmi spájajú mnohé zážitky, pre aké úzky časový rozpis a prísne pravidlá zväzových majstrovských súťaží spravidla neposkytovali priestor. Víťazstvá i prehry zanechávali hlbší dojem, aj boli prijímané o čosi emotívnejšie. Meníme sa. Akomak nepodstatný je detail, práve s turnajmi sa nám vytratili z domáceho fondu aj dorastenky.

Kamila Jarabeková so striebornou medailou na Európskom pohári vo vzpieraní masters 2012

Na súťaži Masters Europa Cup, ktorá sa konala 20.-21. júla 2012 v Lugner City vo Viedni štartovalo 96 pretekárov a pretekárook masters zo 14 krajín. Zo Slovenska sa zúčastnila trojica masters, ktorá vybojovala v medailovom hodnotení krajín 9. miesto s bilanciou 0-1-0.



Foto – Súťaž prebiehala v obchodnom dome

Jednotlivci boli hodnotení vo vekových skupinách podľa SMM bodov. Naši štartovali v prvý súťažný deň 20. júla. Kamila Jarabeková (60+74 kg) získala striebornú medailu za 194,4 b. v skupine žien W35. Igor Gurský (obaja J.I.M. Banská Bystrica) obsadil 4. miesto (66+83 kg a 338,2 b.) s rozdielom necelý bod na medailovú pozíciu domáceho pretekára v skupine mužov M60. Napokon, v skupine M50 sa veľmi nedarilo v súčasnosti najlepšiemu slovenskému masters a júlovému jubilantovi Tiborovi Mezeiovi (50) z Veľkého Medera, v trhu mieril so 125 a 127 kg bodovo opäť priamo na medailu, ale po neúspešných pokusoch nebol hodnotený.

V súhrnnom poradí žien zaujala Kamila Jarabeková 2. miesto s rozdielom okolo 5 bodov na najlepšiu, z desiatky pretekárook. V poradí mužov obsadil Igor Gurský 23. miesto spomedzi 83 bodovaných. V domácom rankingu (iba medzinárodných) štartov masters sa Igor Gurský zaradil hneď za najlepšieho Mezeiova výsledkom z júrovej masters ligy v Brne. Rozhodcu naša krajina na súťaži nemala.

Vrcholné podujatia masters vo vzpieraní sa tešia stále väčšej pozornosti verejnosti. Nielen na Cypre, ale aj v Lankarane, či budúcom L'vove sa usporiadateľ teší podpore zo strany domácich športových, miestnych či štátnych autorít a organizácií cestovného ruchu. Priznajme, nebývalo zvykom, aby sa súťaže masters konali s väčšou podporou, maximálne ak pomohla národná športová federácia, riadením súťaže. Ukázalo sa však, že tento druh podujatí zrejme najviac presahuje rámec športovej súťaže.

pokračovanie ..

Mládež žije športom

Čriepkové infošky

RÔZNE - MIX

pokračovanie - Masters

Na miesto veľakrát cestujú celé skupiny, čím čiastočne spájajú šport s poznávaním nových miest, alebo označovaným tiež zážitkovou turistikou, v spoločnosti blízkych priateľov alebo rodiny. Ak pretekár vybojuje medailu, tak (a možno neprávom) sa ňou hrdí jeho krajina, väčší benefit však môže byť z usporiadania podobného podujatia.

A ako veteráni u nás ? Naši masters udržiavajú svoju účasť v ligovej súťaži u susedov, opäť výsledkovo úspešní. Doma sa konal každoročný šampionát v Hlohovci, zastretý pred zvedavcami rúškom tajomstva. Občas naši veteráni vycestujú na medzinárodnú súťaž, ktorú sledujeme v médiách. Ich účasť na vrcholných podujatiach však za posledné roky značne poklesla, vo väčšej miere absolvujú medzinárodné podujatia s užším okruhom zúčastnených krajín.

Masters dlhodobo vytvárali slovenskému vzpieraniu dobré meno počtom vybojovaných medailí, s účasťou mužov aj žien. Občas stretnutie usporiadajú i sami, tento rok sa chystá pokračovanie čs. pohára. Slovenský zväz síce veľkodušne „znovu-prijal“ komisiu masters do svojho náručia, ale správy jej predsedníctva vo vlastnom časopise, ktorý po dlhé roky vychádzal na Slovensku, miesto „vo vitríne“ stratili.

Mimochodom, susedná federácia pred kongresom v Lankarane oznámila, že plánované podujatie European Masters o dva roky usporiadané v Plzni nebude. Vzhľadom na to, že najvyššiu účasť zaznamenávajú EM usporiadané v strede Európy, a na náklady spojené s cestou do vzdialenejších miest, to pre našich veteránov iste nie je dobrá správa.

Turnaj olympijských nádejí bol v lete v Poľsku

V tom istom čase, ako naše dievčatá súťažili v Nemecku, prebiehal XVII. ročník Turnaja olympijských nádejí mládeže a juniorov do 18 rokov štyroch krajín v meste Oborniki Slaskie v Dolnosliezskom vojvodstve Poľska. V reprezentačnom výbere klub nemal zastúpenie, tak si zhrnieme aspoň výsledky do ročných poradí. Súťažilo sa 30. júna v hale Športového a rekreačného strediska (OSiR) a ani Poľsko neminuli letné horúčavy.

Slávnostné otvorenie prebehlo s vystúpeniami umeleckých skupín a príhovorom predstaviteľov vojvodstva, mesta aj gminy, vzpieračského zväzu usporiadateľského Poľska, za účasti dolnosliezskych médií. Federácia mala možnosť postaviť 8 chlapcov a 7 dievčat. Hodnotené

boli bodové výsledky jednotlivcov a družstvá. Štartovalo 17 dievčat a 29 chlapcov zo 4 krajín. Slovensko nominovalo 7 dorastencov a juniorov (16 – 18 roč.) a jedného talentovaného žiaka. Boli sme jedinou krajinou, ktorej chýbala dievčenská časť.

V poradiach jednotlivcov Slovensko zaznamenalo niekoľko výborných umiestnení. Najlepšiu päťku slovenských pretekárov tvorili vlaňajší reprezentanti krajiny. Predovšetkým výsledkom Michala Bodorika (Hlohovec, 1996), ktorý aj bez platných záverečných pokusov zúspešnil 115+150 kg a so ziskom 329 b. sa umiestnil v poradí chlapcov druhý. V najlepšej desiatke aj Viktor Ostrovský (Hlohovec, 1995) so základom 110 kg v trhu a opakovanými 137 kg v nadhode, výsledkom 304,6 b. na ôsmom mieste.

Jedenásty sa umiestnil ex-KOFI pretekár Jakub Žilava (VŠC B. Bystrica, 1994) so základom 110 kg v trhu a tromi platnými pokusmi v nadhode, ukončenými so 150 kg, svoje vystúpenie uzavrel s 301,2 b. Peter Poláček (Krásno n/Kys., 1994) s tromi platnými pokusmi v trhu, ukončenými so 110 kg, a základom v nadhode 127 kg získal 295,9 b. a 15. miesto. Žiacky pretekár Veľkého Medera Jácint Juhász (1998) s opakovanými 75 kg v trhu a ukončením so 103 kg troch platných pokusov v nadhode neprekonal svoj májový výsledok, s 264,5 b. sa umiestnil na 24. priečke.

Z ďalšieho poradia : 27. Patrik Poštek (Krásno, 1994) 262 b. so základom 95 kg v trhu a výsledným 2. pokusom 128 kg v nadhode, 28. Patrik Barčák (Bobrov, 1996) 261,9 b. na základoch 93+116 kg, 29. Matej Poláček (Krásno, 1995) 256,2 b. s tromi platnými pokusmi a záverom 83 kg v trhu, a 100 kg z 2. pokusu v nadhode. Tí pretekári, ktorí dnes štartovali v inej hmotnostnej kategórii ako doposiaľšie, si výsledky zapísali v domácich ročných rebríčkoch. V bodových poradiach žiadny nový záznam z tejto súťaže nepribudol. Vzhľadom na to, že niektorí pretekári sú v príprave na MS-17 (v polovici septembra) a snád' aj na ME-17 (na prelome augusta a septembra), sa ani nie je čo čudovať.

V hodnotení družstiev sa Slovensko ocitlo bokom od najlepších, na 4. priečke s 1495 b. V súťaži zvíťazilo Poľsko s 2174 b., nasledované Maďarskom s 2057 b. a Českou republikou s 1841 b.

Vo funkcii rozhodcu na súťaži pôsobil Marián Buschbacher. Zo sprievodných aktivít podujatia v Poľsku spomeňme aj výstavku detských kresieb a malieb na tému vzpierania. Po vyhodnoteniach bol priestor venovaný zábave aj diskotéke. Ako usporiadateľ pripomína, okrem športovej súťaže toto stretnutie slúžilo nadviazaniu dobrých vzťahov medzi mladými športovcami a trénermi zo susediacich krajín.

Fotogalériu zo súťaže i ukážok z výstavky prináša *Titanos.net* a filmy z podujatia portál *ustream.tv*

Mládež žije športom

PRÍHOVOR

Bežný klubový život. Popri tréningoch, súťažiach, ďalších podujatiach a udalostiach zostavíme z času na čas takýto súhrn našich výsledkov, úspechov a diania, s komentármi a fotkami, doplnený o témy, ktoré nás zaujímajú, alebo veci, s ktorými by sa patrilo oboznámiť. Pretože vystúpenie nášho pretekára či pretekárky nie je len tá známa sekvencia okamihov na pódiu, ale je to aj rovnako známa športová príprava, ktorá ju predchádza, aj miesto, na ktorom pretek prebieha, aj atmosféra, v akej sa odohráva, či podmienky, v akých súťažíme dnes, i počas celého roka. Sú to aj naše reálne tréningové ciele, naše tradície a nádeje do budúcnosti.

Sú to naše dosiahnuté úspechy, ale rovnako aj naše večné patálie, naše stanoviská ku rozhodnutiam spolku, ktorými ovplyvňuje aj našu činnosť. Ktorého neúspechy ovplyvňujú aj nás, a pre ktorý sú úspechom aj naše úspechy, vid' významné zastúpenie našich klubovcov v štátnej reprezentácii v ostatných rokoch, naša účasť, výkony a umiestnenia v súťažiach domácich šampionátov jednotlivcov i družstiev, v ktorých patríme medzi tých najlepších.

Sme hrdí na naše výsledky, pretože sme si vedomí, koľko námahy nás stálo ich dosiahnuť. Ako súčasť celku sledujeme a držíme palce reprezentantom našej krajiny na vrcholných podujatiach v zahraničí, ktorých priamo sme, alebo snád' raz budeme účastníkmi.

V celoslovenskom meradle sa považujeme za aktívny klub so širokým rozsahom činností, s takmer kompletným zastúpením vekových kategórií, s úctyhodným počtom a rozmanitosťou štartov, so systematickou tréningovou činnosťou a plánovaním, v neposlednom rade aj výberom nielen vzásových súťaží, ale aj viacerých pravidelných i jednorazových klubových činností.

Prezentujeme svoje klubové dianie a zaujímame sa o športové dianie okolo nás. Mnohí z nás sú úspešní i v ďalších športoch alebo pohybových činnostiach, školských, klubových, iných.

Nielen v mládežníckych kategóriách rozvíjame všestrannosť, nezatvárame sa pre iné športy a aktivity, a nevytvárame okolo seba bariéry. Žiadne naškrobené frázy, žiadne prífarbené polopravdy, žiadne únavné pre odborné texty. Poskytujeme veľký priestor na diskusiu, niekedy snád' aj zamyslenie. Naše dobré príklady z praxe môžu byť návodom. Oddychové i praktické čítanie pre nás, aj pre vás. Bežný klubový život.

Dievčatá VK KOFI Trenčín sa umiestnili v turnaji Oceánie

ZKC TURNAJ OCEÁNSKEJ FEDERÁCIE VZPIERANIA



Medzinárodný emailový klubový turnaj ZKC vo vzpieraní organizovala Oceánska federácia vzpieraní v spolupráci so sponzorom Zhangkong Barbell 28.-30. júna 2012, a už tradične je kalendárovým termínom IWF. Do súťaže sa prihlasujú kluby a oddiely vzpieraní. Poradie v dvojboji v hmotnostných kategóriách určí víťazov, ktorí dostanú medaily a kluby, ktoré získajú sponzorskú činku v kategórii mužov a žien. Počet ani veková hranica prihlásených pretekárov nie je daná.

Aj tento rok malo na turnaji zastúpenie aj slovenské vzpieranie. Do súťaže bolo prihlásených 585 mužov a žien z 95 klubov a rekordný počet 27 krajín. Činky v klubovom hodnotení získali Samoa (muži) a Papua Nová Guinea (ženy). V tímovom hodnotení bolo započítaných 63 klubov, **14. miesto zaujal VK KOFI Trenčín so 41 bodmi**. Trenčín prihlásil svoje tri pretekárky, najvyššie sa v poradiach jednotlivcov umiestnila Lenka Horná.

Tabuľka výsledkov našich pretekárov :

| R | VK KOFI Trenčín | Hm. kat. | Štart. | Dvojboj |
|----|-------------------|----------|--------|---------|
| 8 | HORNÁ Lenka | 63 kg | 36 | 142 |
| 20 | SRNÁKOVÁ Dominika | 69 kg | 29 | 95 |
| 10 | SVRČKOVÁ Zuzana | +75 kg | 28 | 168 |

pokračovanie zo strany 3 – Grand Prix žien

Okrem našich osvedčených bojovníčok sa už na štarte počíta aj s „mamičkou“ Magdou Žejdlíkovou, v celoslovenskom rozsahu sa uvažuje aj o zúročení domácich štartov košickej reprezentantky Králikovej, po jej nedávnom návrate na súťažnú scénu, a s istou mierou vlastnej trénerskej hrdosti aj s detskými talentmi Júliou a Laurou. Tým možností výberu jednotlivkyň nekončia, dôležité je však sa na súťaž v reprezentácii svedomito pripravovať.

Slovami trénera : „*Môžeme budovať na tradícii a vhodne motivovať nastupujúcu generáciu žien.*“ Doterajšie výsledky napovedajú, že so systematickou prípravou by naše dievčatá mohli tímovo zabojsť aj o miestenku do Ria. Bol by to úspech po takmer šesťnástich rokoch, presnejšie od prvých hier s účasťou slovenskej pretekárky a žien vo vzpieraní ako takých, a taktiež svetielkom nádeje pre nové adeptky vzpieraní na Slovensku.

Mládež žije športom

Seriál : Letná škola 2012

ÚVOD



Letná škola vzpierania

Správy z tohtoročnej Letnej športovej školy a Letnej školy vzpierania. Týždňové letné podujatie, kombinujúce športovú, poznávaciu a kultúrno-spoločenskú zložku, s účasťou 10 až 12-ročných chlapcov a dievčat, sa v Trenčíne konalo už po ôsmy raz.

Podujatie bolo založené s cieľom náviku techniky a športovej prípravy mladých talentov vo vzpieraní, no postupne bol program rozšírený o pohybové aktivity a cvičenia užitočné aj v kondičnej a športovej príprave v ďalších športoch, techniku vzpierania nevnímajúc.

Letná škola v Trenčíne dnes predstavuje vhodné strávenie prázdninového času pre deti so záujmom o pohyb a športové hry všeobecne. Podujatie je organizované na Chate Odevák,

v zdravom a sviežom prostredí Strážovských vrchov, ktoré sú chránenou krajinnou oblasťou.

Väčšiu časť účastníkov tvorila nominácia športového zväzu, vo výbere podľa doporučenia Trénersko-metodickej komisie SZV, prevažne medailistov z domáceho štvorbojového šampionátu. Talenty vo vzpieraní tak naďalej absolvujú technické cvičenia. Ponuku letnej školy prijali aj športovci z klubov zo susedných krajín, čím podujatie opäť nadobudlo medzinárodný rozmer.

Nahliadnutie 1 - Úvod

Letná športová škola a Letná škola vzpierania sa konala 8.-14. júla na Kubrici. Prostredníctvom nášho seriálu nazrieme do diania na tohtoročnej letnej škole. Máme za sebou týždeň športových aktivít, atletických súťaží o ceny, veľký desaťboj, aj menšie vyhodnotenia špeciálnych disciplín, tréningové hry vonku, plávanie a vodný futbal na kupku, vzpieračské disciplíny aj vnútri, keď pršalo, diagnostiku, Tendo súťaženie aj novinku-preventívne vyšetrenie chrbtice, naťahovanie lana, chodenie na rukách, chodúle, návštevu Trenčianskeho hradu, prechádzku historickou časťou mesta, palacinky u Fatimy, kreslenie na chodník, opekačku pri ohni, a to ešte zďaleka nie je všetko. Aj keď počas predchádzajúcich ročníkov sme mali hostí z prevažne nemecky hovoriacich krajín, tento rok zavítali susedia z Moravy.

Medzi tohtoročnými nominantmi zo Slovenska boli ročníky 2000 až 2002, dievčatá z Veľkého Medera a Nového Mesta nad Váhom - medailistky z M-SR, chlapci z Ružomberka, Veľkého Medera, Trenčína, Likavky, Krásna nad Kysucou a Nového Mesta nad Váhom - medailisti a účastníci M-SR. Od susedov pricestovali mladí športovci z Holešova a Kurovic (roč. 99, 2001 a 2002) v sprievode trénera. Nominácia zväzu bola vzhľadom na obmedzenú kapacitu voľných miest upravená o dodatočné kritérium účasti podľa počtu bodov pretekára.

Zloženie tímu Letnej školy bolo tento rok pestré, program postupoval podľa plánu a akcia prebehla vo všeobecnej spokojnosti. Tréner sa opäť

opýtal pri rozlúčke : „Na otázku či by chceli pokračovať, deti takmer jednohlasne chceli !“ a odpoveď bola, ako vždy, rovnaká. V odbornom tíme opäť pôsobili aj dlhoročná trenčianska trénerka a rozhodkyňa Mgr. Zuzana Svrčková a Milan Kováč mladší s čerstvým titulom fakulty TV a športu (blahoželáme).

Cestou sa zastavíme aj pri výsledkoch jednotlivých súťaží. „Boli niektorí šikovní,“ chváli mladých snaživcov Mgr. Milan Kováč, v otázke evidovaných rekordov Letnej školy je však tréner tento rok skeptický : „celkovo sa prejavila absencia minulého ročníka, hlavne vo výsledkoch ročníka 2000..“ si zúfa, pretože vlni sa kontinuita letnej technickej prípravy talentov narušila, keď po prvý krát od svojho vzniku sa Letná škola neuskutočnila.

Svoju vlastnú verziu projektu letnej prípravy talentov vo vzpieraní už organizuje viacero európskych krajín, spravidla v spolupráci s trénerskými komisiami národných federácií. Každá z nich môže poskytnúť iné špecifické podmienky, aj požiadavky na absolventov podujatia a predstava cieľov sa v rôznych krajinách líšia, a od toho sa odvíja výber pohybových a sprievodných aktivít.

Slovenský projekt Prvej letnej školy vzpierania bol prostredníctvom Mgr. Kováča podrobne predstavený už účastníkom svetového sympózia trénerov, konaného pod hlavičkou IWF pred piatimi rokmi v Ríme, a o dva roky neskôr ho predložila na diskusiu Mgr. Svrčková, účastníkom medzinárodného seminára v Trenčíne.

Všetci vzpierači VK KOFI Trenčín medailovo

POSTREHY Z BANSKOBYSTRICKÉHO ŠAMPIONÁTU 2012

Jubilejný ročník „veľkých M-SR“ - slovenského šampionátu vo vzpieraní mužov, žien, juniorov a dorastencov, sa konal na banskobystrickom pódiu v posunutom termíne, počas víkendu 16. a 17. júna. Súťaž bola spojená s 2. ligovými kolami príslušných vekových kategórií mužov a dorastencov. Súhrnným počtom siedmich-ôsmich hodnotení sa stalo nesporne najväčším podujatím, usporiadaným športovým zväzom.

Štartoval výber pretekárov a pretekárk nad 15 rokov, pre viacerých pretekárov pretek predstavoval aj unikátnu príležitosť zmerať si sily so svojimi trénermi a rozhodcami na jednom pódiu. V júni nastúpili pretekári vo svojej „letnej váhe“, výsledky si zapísali zväčša o kategóriu nižšie. Netreba pochybovať o tom, že pre prevažnú väčšinu účastníkov išlo o vrcholnú súťaž roka, keďže výsledky sa pevne začlenili do ročných poradí, a dá sa

predpokladať, že ani ostatné ligové kolá ich odtiaľ tak ľahko nevytlačia.

Na súťaži bol testovaný súťažný softvér svetovej federácie pred konaním septembrových MS mládeže v Košiciach. V dôsledku toho sa výsledkové tabuľky rôznia. Viaceré štarty v zápise súťaže neboli v oficiálnej tabuľke mužov a juniorov, sťa vygenerovanej súťažným systémom, potvrdené. Možno dedukovať, že do jednotlivcov sa primiešali aj ligové štarty. Šampionát žien má výsledky viac-menej prehľadné, veď o lige žien už nechytujeme, horšie sú na tom dorastenci, ktorí sa finálnej tabuľky napokon ani nedočkali. Zápis napovedá, že hodnotení boli v jedinej kategórii do 17 rokov, ale či je to spôsobené prípravou softvéru na svetový šampionát, alebo zakotvené zmenou v rozpise, sa zrejme ešte chvíľu nedozvieme. Súťaže sú hodnotené v olympijskom dvojboji. Slovenské rekordy na súťaži prekonané neboli.



Trenčianska výprava si verila od začiatku

VK KOFI Trenčín vycestoval do Bystrice s výpravou mužov, žien, juniorov, trénerov a rozhodcov. Vzpierači išli s cieľom vybojovať majstrovské tituly, na ktoré v predstihu usilovne trénovali. Istým sklamaním bolo, že napokon neštartovali Fabovci.

V kategórii do 69 kg mužov boli hodnotení dvaja pretekári VK KOFI. **Majstrom Slovenska sa stal Jiří ŽEJDLÍK** (1985) s výsledkami 120+130 kg a 250 kg v dvojboji a predstihom 15 kg pred zvyškom pretekárov. Túto výhodu Žejdlík získal ostatným platným pokusom v trhu, zatiaľ čo pretekárovi na 2. pozícii – Petrovi Janíčkov – v závere nevyšlo 107 kg. V nadvhode by sa „vďaka“ tel. hmotnosti pri zhode výsledku poradie obrátilo. Žejdlík na súťaži pokúšal aj 135 kg, no neúspešne. Na dvojbojový titul mu postačoval výsledok z druhého pokusu.

6. miesto v súťaži mužov obsadil trenčiansky junior Jozef PŠENÁK (1993) s výsledkami 85+105 kg a 190 kg v dvojboji, na úrovni zhody s piatym, s rozdielom v tel. hmotnosti v neprospech Pšenáka. Pšenákovi v trhu nevyšiel záverečný pokus na 90 kg. Výsledok 85 kg zaznamenala až štvorica pretekárov, takže o poradí by rozhodovala tel. hmotnosť, ak by bol trh u nás hodnotenou disciplínou.

Na fotografii Jiří Žejdlík (vľavo) a Jozef Pšenák

Jozef Pšenák získal striebornú dvojbojovú medailu v kategórii juniorov do 69 kg. V trhu dosiahol druhý najlepší výkon, o telesnú hmotnosť by bol však tretí, a v nadvhode druhý najlepší výkon, ktoré sú skutočne mäťúco zapísané v tabuľke medailistov, i keď medaila bola reálne udelená iba za dvojboj. Pšenák bol jediným zastúpením klubu v juniorskej súťaži.

V Bystrici sme postrádali Denisa aj Jakuba Fabovcov, a tým sme prišli o zastúpenie v doraste, čo je v danej situácii pre klub paradoxne aj šťastie, keďže vo výstupoch zo súťaže sa bez rozpisu nezorientuje ani divoké lesné prasiatko. Jakuba pád z bicykla pripravil o štart na domacom šampionáte, ale jeho dlhodobú prípravu na septembrové MS v Košiciach neohrozil.

pokračovanie ..

Mládež žije športom

pokračovanie – Banskobystrický šampionát

Najdynamickejšia súťaž vo Svrčkovej kategórii



Zaujímavý priebeh mala súťaž v kategórii do 77 kg mužov. Pretekári sa opäť stretli na jednej činke so seniorským trénerom reprezentácie. O zlatú dvojbojovú medailu bojovala trojica Miro Janiček, Rudo Lukáč, **Paľo SVRČEK** (1982, VK KOFI) a odniesol si ju napokon Janiček. Zhodným súčtom sa pri vyššej tel. hmotnosti striebro oblúkom Svrčkovi vyhlo, a do Trenčína cestuje s tohtoročným bronzom. V nadhode bolo poradie zhodné, ale trh si musíme vo výsledkoch nalistovať. Svrček jednoznačne (i keď bez čiastkovej medaily) zvíťazil s výkonom 131 kg pred Janičkom (130), vlastne pred oboma olympionikmi, Svrček aj Janiček na tri platné pokusy a záverečný rozhodol.

Na fotografii vľavo Pavol Svrček, na fotografii vpravo vyhodnotenie kategórie mužov do 85 kg - zľava : Milan Kováč (VK KOFI), Ondrej Kutlik, Tomáš Chovanec

Ak zvíťazí olympionik, tak neprehráte

V kategórii do 85 kg štartoval **Milan KOVÁČ** (1988) a v dvojboji získal striebornú medailu. V kategórii mal ťažkú konkurenciu, keďže tohtoročným šampiónom sa stal ďalší olympionik, Ondrej Kutlik, ktorý nechal zvyšok pretekárov so zdrvujúcim rozdielom za sebou. Milan Kováč zaznamenal na domácom šampionáte skvelé výsledky.

V trhu sa po 120 kg pokúsil o 123 kg, ale zostal so zhodou s Radkom Horváthom, čím potvrdil druhú pozíciu, to si tiež treba vo výsledkoch zalistovať. V nadhode sa udiali dva záverečné pokusy na 150 kg Kováča a bývalého klubovca Chovanca, ale oba boli neúspešné, takže zostalo v platnosti Chovancových 145 kg a Kováčových 144 kg z pokusu druhého.. Kováč získal najlepšie hodnotenie „bežných smrteľníkov“ v kategórii, pretože ak zvíťazí olympionik, tak neprehráte. Tým pozornejším neuniklo, že Janiček, Kutlik a Svrček svojimi výkonmi potvrdili, že z londýnskych kvalifikačných súťaží nemali byť vynechávaní. Martin Dufala si v kategórii majstrovský štart tento rok nezapísal.



Majster Slovenska Matúš Pokusa

Obrovskú radosť svojej klubovej partii urobil aj nový majster Slovenska v kategórii mužov do 94 kg **Matúš POKUSA** (1988). Titul mal hodnotu 291 kg a 1,1 kg menej teles. hmotnosti pred Janákom. Súťaž v trhu Pokusa zahájil na 130 kg, a tie mu po nepodarených 135 aj 137 kg napokon „prischli“, takže najlepším výsledkom zostalo Janákových 136 kg. V nadhode však Janáka nechal ďaleko za sebou, ako aj ďalších zúfalcov, ktorí márne pokúšali 160 kg vážiacu činku. Taký pokus vyšiel iba Fratričovi, ktorý ním predstihol aj Janáka. Matúš napokon od opakovania 160 kg upustil, a nechal si naložiť 161. Fratrič sa pokúsil o súťažných 162 kg, ktoré by mu síce ligotavejšiu medailu v súčte nepriniesli, ale prvenstvo v nadhode a dobrý vlastný pocit nepochybne. Matúšových 161 kg napokon zostalo v platnosti ako najlepší výsledok v nadhode, klub si zapisuje ďalší triumf do zlatej zbierky a pretekár konečne aj dvojbojový titul.

Na fotografii zľava : Peter Janák, Matúš Pokusa (VK KOFI) a Andrej Fratrič

pokračovanie ..

pokračovanie – Banskobystrický šampionát

V pokračovaní súťaže mužov klub zastúpenie nemal. Niektorí pretekári, ktorých účinkovanie na šampionáte sa očakávalo, túto súťaž vynechali. Zaujímavosťou súťaže bolo, že testovací štart pred olympijskými hrami absolvoval pretekár vojenského centra Martin Tešovič, na bystrickom pódiu to



Na fotografiách Lenka Horná



Majsterkou Slovenska v kategórii +75 kg žien sa stala **Zuzana SVRČKOVÁ** (na fotografii vpravo) so šiestimi platnými pokusmi a výsledkami 76 kg v trhu a 110 kg v nadhode. Účinkovanie klubovcov spokojne uzatvoril tréner Mgr. Milan Kováč : „*Večer sme sa vrátili z Banskej Bystrice s konštatovaním, že VK KOFI splnil cieľ, každý sa vrátil s medailou !*“

Medailová zbierka VK KOFI Trenčín z M-SR mužov, žien a juniorov 2012 :

| Súťaž | VK KOFI Trenčín | Hm. kat. | Z | S | B |
|---------|-----------------|----------|---|---|---|
| muži | Jiří ŽEJD LÍK | 69 kg | 1 | | |
| | Pavol SVRČEK | 77 kg | | | 1 |
| | Milan KOVÁČ ml. | 85 kg | | 1 | |
| | Matúš POKUSA | 94 kg | 1 | | |
| ženy | Lenka HORNÁ | 63 kg | 1 | | |
| | Zuzana SVRČKOVÁ | +75 kg | 1 | | |
| juniori | Jozef PŠENÁK | 69 kg | | 1 | |

v najťažšej kategórii spokojne zavŕšil so 160 kg v trhu a 190 kg v nadhode, aj v olympijskej reprezentácii v Londýne sa očakáva solídny výkon, čo nás na londýnske obdobie pomyselne usádza k obrazkám.

Majstrovská súťaž žien

Ak siahneme na súťažný zápis, objavíme aj výsledky domáceho šampionátu žien. Vyhodnotení sa súťaž zatiaľ nedočkala, ale VK KOFI v nej zaznamenal bez ohľadu na počet a úroveň konkurencie výborné výsledky. Dvojbojový titul v kategórii do 63 kg si z Bystrice odnáša **Lenka HORNÁ** s výkonmi 65 kg v trhu, 77 kg v nadhode a súčtom 142 kg. V nadhode dvakrát pokúsila 80 kg, na tento výkon si však fanúšikovia museli ešte týždeň počkať.



« Žilinská študentka a členka VK KOFI Trenčín si zapísala s týždňovým intervalom tri veľké súťaže za sebou, po dnešných majstrovstvách nasledovala slovenská univerziáda a napokon klubovo pohárová súťaž v zahraničí. Domácich príležitostí počas roka pre ženy nie je veľa, na ďalšiu si zrejme opäť dlhšie počkáme.



Niekoľko postrehov Absentujú možnosti v regiónoch

Predchádzajúcu súťaž v Banskej Bystrici väčšina účastníkov tej dnešnej ani nezažila. Navyše, v dnešných priestoroch sa konala po prvý krát. Z dlhodobého hľadiska však možno oceniť, že každý ďalší priestor na usporiadanie seniorskej vzpieračskej súťaže je na Slovensku vítaný. V súčasnosti sa možnosti pre vzpieranie sústreďujú od južnej časti krajiny západnou cestou na sever, a odtiaľ hornou cestou tak zostáva nepokrytá.

pokračovanie ..

Mládež žije športom

pokračovanie – Banskobystrický šampionát

Napriek tomu, že spojenie medzi jednotlivými klubmi sa zrýchlilo, a v Banskej Bystrici sa možnosti pre vzpieranie rozšírili, väčšia časť Slovenska vo svojom okolí žiadny vzpieračský klub jednoducho k dispozícii nemá.

Kto môže garantovať dlhodobú prípravu ?

Bývalo dobrým zvykom, že ťažký šport sa v regiónoch sústreďoval pod vlajkami miestneho priemyslu alebo väčších podnikov. Žiaľ tento dobrý zvyk sa so zmenami v podnikoch vytratil, keď vzpieranie si svoje miesto pod krídlami nových vlajkových lodí nedokázalo vybojovať, či obhájiť. Po zaniknutých kluboch zostali nepokryté regióny, v ktorých vzpieranie svoju tradíciu založenú malo. Športová príprava vo vzpieraní je z hľadiska plánovania a fyziologických možností športovca, záležitosťou výhradne dlhodobou.

Zosúladenie nárokov na dosiahnutie cieľov sa môže istou mierou podpisovať aj pod dnešnú situáciu vo vzpieraní, ale v športe a spoločnosti ako takej.

Vzhľadom na materiálne požiadavky seniorského a súťažného vzpierania (hala, športové náradie, odborný personál a štarty) sa rozvojové alebo zakladajúce projekty klubov posúvajú za hranice možností úradov obce alebo mesta. Nielen z hľadiska rozšírenia a dostupnosti v regiónoch, ale i v problematike zabezpečenia kontinuity športovej prípravy mládeže a študentov, ktorí po odchode z mládežníckej kategórie prestávajú byť zaujímaví v školskom rezorte, a spolufinancovanie vlastnej športovej činnosti, ako je zvykom u veteránskych pretekárov, nemusí byť pre mladého človeka alebo rodiny reálne.

Ako rezonujú silové predpoklady v spoločnosti ?

Každý vzpierač v seniorskom veku nie je reprezentantom na vrcholovej úrovni, s hradenou prípravou. Šance na jeho pokračovanie v športovej príprave by reálne mohol v súlade s vlastnými nárokmi vytvárať ďalší z rezortov, prípadne hrdý miestny sponzor.

Všetky tri prípady sú dnes v zahraničí bežnou praxou, zatiaľ čo u nás je šport s významným zastúpením silovej zložky rešpektovaný ťažiskovo iba v školskej a vojenskej oblasti. Dobrú fyzickú kondíciu si možno pestovať aj v bežnej posilňovni, ale na súťaže v olympijskom dvojboji taká cesta nevedie. Optimista nestráca vieru, že nadviazanie spolupráce je pre budúcnosť vzpieračského športu iba otázkou záujmu a času.

„Hotový pretekár“ sa na Slovensku stáva vzácnosťou

Napriek dosahovaným výsledkom súťaží ubúda a vzpieračská základňa na Slovensku sa znižuje, o čom svedčí obsadenie v kategóriách,

účastou pripomínajúce skôr krajskú súťaž ako celo-slovenskú, i váhavé zastúpenie klubov v súťažiach družstiev. Radšej nepočítajme, koľké kluby usporiadajú vlastnú kvalifikačnú súťaž pre účasť vo zväzovej lige.

Základňu z roka na rok ovplyvňuje prirodzený úbytok, spravidla sprevádzaný aj akvizíciou pri prechode medzi mladšími vekovými kategóriami, ktoré predstavujú domácu konkurenciu. Zdravá domáca konkurencia motivuje nielen svojou početnosťou a rozmanitosťou, ale aj kvalitou.

Je dôležité motivovať mládež, aby aj pri sústreďení sa trénera na talenty stále nachádzala vlastný priestor a neprehľbovali sa výkonnosťné rozdiely u bežných športovcov, k čomu sme dospeli z výsledkov najnovších porovnaní u mladších žiakov. Aby dôraz na talenty nedemotivoval bežných športovcov, čo sprevádza pokles ich štandardnej výkonnosti, vzťahu k športu, a v dôsledku aj ich počtu.

Práca s výraznými talentmi je ťažisková pre budúcu reprezentáciu, ale prax ukázala, že so systematickým prístupom je možné dosahovať prekvapujúco dobré výsledky aj u bežných športovcov, pre súťaže jednotlivcov i družstiev, ale aj udržanie športového ducha a poskytnutie príležitostí pre športové vyžitie v oblasti vzpierania v regiónoch.

Ak plány klubu nemajú oporu v plánoch zväzu

Opäť prejdime ku vzpieranu žien. VK KOFI Trenčín už dlhšie zúfalo hľadá konkurenciu do ligovej súťaže žien. Niet divu, Trenčín sa ešte pamätá na časy najväčšej slávy ženského vzpierania na Slovensku, s úspechmi v celo-európskom priestore, ba i svetových a olympijskom pódium. Stavia na tradíciu, ale dievčatá sú už tretí rok nútené štartovať v zahraničí, pretože domáceho súpera nenašli. Z hľadiska prípravy je to dlhý čas, a z hľadiska domácej konkurencie i stratený čas.

Skorodované koncepcie

Istotne, klub by rád doplnil svoje stavy o nové talenty, naplnil svoje reálne predstavy o fungovaní ženskej zložky vzpierania, poskytol širšie možnosti pre reprezentačnú prípravu žien, ale tu je nezastupiteľná úloha športového zväzu. Roky omieľaný postoj, že vzpieranie je mužským športom a ženy sa mu nevenujú, už dávno znie ako nie veľmi aktuálna, no zato pohodlná výhovorka. Takýto postoj výsledky trenčianskeho klubu jednoznačne popierajú.

Nalistujme si výsledky šampionátov takých krajín, ktoré vynikajú v tímových hodnoteniach žien. Aj keď majú na vrcholných podujatiach zastúpenie plného počtu - siedmich členiek tímu, do reprezentácie sa skutočne dostáva iba zlomok z domácej „produkcie“.

pokračovanie ..

pokračovanie – Banskobystrický šampionát

Nabudúce

MLÁDEŽ 10/ 2012

Obzvlášť, ak zohľadníme výsledky ich krajských a regionálnych súťaží, ktoré sa u nás akosi nekonajú.

Iná situácia je v krajinách, ktoré nominujú na podujatia ženy v menšej miere, zato na domácej pôde sú v hojnom počte samozrejmosťou súčasťou vzpierania. Postoj nášho zväzu je treťou modelovou situáciou, a je o to viac nepochopiteľný, že záujem o nominovanie reprezentantiek v ostatnej dobe prejavuje, no o rozvoj vzpierania žien a motiváciu žien ani najmenej. Nedopĺňajú sa ani stavy podporných tímov so špecializáciou na vzpieranie žien. Takýto postoj by bol v iných krajinách veľmi hrdzavým železom.

Talenty nepadajú zo stromu

Slovensko dlhodobo nepatrí medzi tie krajiny, v ktorých si bežné ženy v produktívnom veku s nadšením financujú svoju športovú prípravu, čo zapríčiňujú aj poznateľné rozdiely v zabezpečení potrieb a v ohodnotení žien a mužov v našej spoločnosti. Finančná nezávislosť žien, ktorá je neklamným všeobecným znakom ich rovnoprávnosti v spoločnosti, ženám totiž prináša aj porovnateľnú kvalitu života – možnosť pestovať svoje záujmy a pravidelne športovať, so spätnou väzbou na zníženie výdavkov zdravotníctva v oblasti žien a detí, ako napr. v škandinávskych krajinách, ktorých mapu je možné vyobraziť v encyklopédii vedľa pojmu „zdravý spôsob života“.

Talenty nepadajú zo stromu, ak dievčatá dnes do posilňovne nezablúdia, tak nebudú dosahovať výsledky vo vzpieraní v budúcnosti. V seniorskom rebríčku u nás sotva presahujú počet desiatich pretekárov. Systematickou prácou so žiačkami a dorastenkami možno dosiahnuť úspechy v budúcich súťažiach junioriek a žien. Spomenutými, i ďalšími aspektmi, sa snáď vo vzpieraní niekto širšie, koncepčne zaoberá. Rozvoj je však v dobrom spájaný s predstavou rastu, nie úbytku, aký sa javí navonok.

V lete na vzpieraní II.

Mládež žije športom 9 /2012



*a2c 2012 podľa: klubové info, web, iné
Fotografie: archív VK KOFI, web, iné
Publikácia neprešla jazykovou korektúrou.
Počet strán : 16*

Pripomienky : na vkofii@gmail.com
www.vkofi.wbl.sk



V budúcich vydaniach sa vrátíme k výsledkom na Olympijských hrách v Londýne, predstavíme si **Školskú ligu Baby Barbell 2012 /2013**, ktorá sa rozbieha už onedlho, aj s prekvapením. Zhrnieme si výsledky nominačného preteku reprezentácie na septembrové MS mládeže v Košiciach, na ktorom štartoval aj náš pretekár Jakub Fabo.

Leto na vzpieraní uzatvoríme treťou časťou, v ktorej zavítame na turnaj do Srbska a nezabudneme ani na čriepkové infošky. Pre tých, ktorí sa s letom rozlúčiť nechcú, prinesieme pokračovanie seriálu Letná škola vzpierania 2012. Nebude chýbať príprava našich študentov na akademický šampionát. Príjemné klubové čítanie nielen na leto 2012
Na fotografii účastníci tohtoročnej Letnej školy v Trenčíne