

Mládež žije športom



2 / 2013



Čo sa udialo v marci a apríli? Klubovo sme vyrazili na žiacku **súťaž ku susedom do Zlína**. Domácia liga našich žiakov sa termínovo o mesiac posunula, takže máme viac času na tréning. Počas jarných prázdnin mali naši seniori **sústredko v Tatrách**. Šibačku si užili naši najmladší na lyžiach. Zúčastnili sme sa **valného zhromaždenia** zväzu, ktoré bolo volebné, takže už poznáme zloženie výboru a komisií pred Rio 2016. Trenčianske dievčatá **štartovali u susedov v Plzni**. Odkrútili sa **úvodné kolá extraligy a ligy** družstiev mužov. Pre súťaže družstiev sme síce zvolili netradičné pomenovanie, ale v budúcom vydaní sa plánujeme zastaviť aj na skutočných kolotočoch:) Keďže súťaží vo vzpieraní sa s účasťou slovenských pretekárov nikdy nekoná mimoriadne veľa, krátko si spomenieme aj tieto výsledky.

V apríli sa konajú už aj šampionáty vonku, tak sa zastavíme aj pri vzpieračských nomináciách na Európu, a svetových kandidatúrach. Povieme si niekoľko slov o dorasteneckých rekordoch. Hlavnou témou druhého tohtoročného vydania Mládeže je **cvičenie na čerstvom vzduchu**, aj v tejto súvislosti sa pozrieme na marcové kolo **školskej ligy v Trenčíne** a predstavíme si zaujímavú výstavu.

Priestor dostali aj novinky z prostredia študentského športu, pokračujeme správami z príprav svetovej univerziády v Kazani, slovíčko je venované aj našej tradičnej téme, a to usporiadaniu podujatí, už roky celosvetovo riešenej téme tolerantnosti voči

druhým a osobného rastu jedinca prostredníctvom zdieľania kultúrnych špecifik vo všeobecnosti.

Oslavy okrúhleho výročia vzniku našej olympijskej ustanovizne sú plánované v priebehu tohto roka, načrieme do súdka uskutočnených aktivít. Na Slovensku by sa mohli konať zimné olympijské hry v roku 2022, usporiadali by sme ich spoločne s Poľskom. Počiatočné reakcie doma boli zmiešané, proces kandidatúry je zložitý, ale vyzerá to nádejne.

Výber dnešných tém doplnia čriepkové infošky **z príprav letnej školy** a čo-to o školeniach európskej federácie vzpierania.

Trenčianski žiaci na súťaži v Zlíne



Dva dni pred školskými prázdninami predbehli žiacke družstvá VK KOFI Trenčín domáci kalendár a vycestovali na súťaž do susedného Zlína. V blízkom zahraničí sa 23. februára konal Medzinárodný pohár mesta Zlín mladších a starších žiakov a družstiev. Štartovali aj mladé nádeje z Holešova či Boskovic.

Zhruba desať mladších žiakov pretekalo v štvorboji - trojskok, hod, trh a nadhod „na kilá“. Trenčianski pretekári sa umiestnili pekne aj bez záverečných pokusov v trhu, Samuel Brlej obsadil 3. miesto so ziskom 247,4 b., pred klubovým kolegom Samuelom Dobiášom s 247 bodmi, vlastne s minimálnym rozdielom.



Vo vyhodnotení 2 –členných družstiev chlapci získali takmer 500 bodov, čím zabezpečilo skvelé 2. miesto, keď prví sa umiestnili holešovskí chlapci, ktorých poznáme z ostatnej letnej školy.

Mladší žiaci - jednotlivci							
	Roč.	Tel. hm.	Trojskok	Hod	Trh	Nadhod	
3	Brlej Samuel	2002	40,70	56	71	25	33
4	Dobiáš Samuel	2001	33,80	56	67	22	27

Mladší žiaci - družstvá		Body
1	TJ Holešov (J. Kolář, J. Sanétrník)	654,6740
2	VK KOFI Trenčín	494,4422
3	SJS Zlín-5 (V. Motýl, M. Mrkva)	313,4219

Mládež žije športom

pokračovanie – Trenčianski žiaci úspešne v Zlíne



Žiacke esá z Trenčína takmer skopírovali výsledné hodnotenia svojich mladších klubovcov. Súťaž starších žiakov prebiehala v disciplínach olympijského dvojboja. Oliver Fabo získal 186,4 Sincl. b. a umiestnil sa v desiatke na 3. pozícii, Tónko Ondruška sa so ziskom 145,85 b. umiestnil piaty. Naším borcom opäť nevyšli záverečné pokusy v trhu, ale na úvodnú súťaž roka je to dobré. Dvojčlenný tím nazbieral 332,3 b. a obsadil 2. priečku.



St. žiaci - jednotlivci	Roč.	Tel. hm.	Trh+nadhod
3 Fabo Oliver	1999	45,00	43 + 56
5 Ondruška Anton	2000	34,00	25 + 33

Pôsobenie svojich zverencov vyhodnotil tréner Mgr. Milan Kováč : „Naši sa ukázali v dobrom svetle v úvode sezony. Potrebovali tento dôležitý štart pred sezonou, aby si uvedomili ako sú na tom pred stávajúcimi ligovými kolami.“ V tabuľkách sú výsledky pretekárov VK KOFI a poradia družstiev.

Starší žiaci - družstvá	Body
1 SJS Zlín-5 (P. Jančík, D. Šesták)	359,8566
2 VK KOFI Trenčín	332,2993
3 SOUZ Boskovice (J. Dvořák, L. Šmíd)	331,5300
4 TJ Holešov (J. Loučka, M. Petřík)	218,5171



Zaviaty juh odkladá súťaže o mesiac

V polovici marca preletela médiami správa, že južné oblasti Slovenska postihla náhla snehová kalamita, v následku ktorej boli uzatvorené niektoré cesty a miestni obyvatelia majú problémy s presunom medzi mestami a obcami. Táto situácia ovplyvnila aj usporiadanie úvodných kôl žiacckých ligových súťaží vo vzpieraní, ktorých termín presunul telefonát súťažnej komisie až na 27. apríla.

Valné zhromaždenie vzpieračov – jedna báseň

Idyla, ktorá vo vzpieračskom hnutí panovala počas rokovania valného zhromaždenia zväzu, bola pozoruhodná. Z pozvaných 44 delegátov sa 23. marca 2013 v Košiciach zúčastnila štyridsiatka. Výročnej schôdze sa zúčastnili aj hostia z Medzinárodnej vzpieračskej federácie a primátor mesta Košice, kde sa konali vlaňajšie MS mládeže vo vzpieraní. Zhromaždenie malo za úlohu uzatvoriť a vyhodnotiť predchádzajúci olympijský cyklus a nastaviť ten nasledujúci, ale aj zvoliť si svojich zástupcov, ktorí budú realizovať nastolené ciele v nasledujúcom 4-ročnom období, vrátane OH 2016 Rio, vo vedení a dvoch komisiách zväzu. Zvyšné, odborné komisie budú zostavené v kompetencii nového výkonného výboru. Z „detailov“ malo zhromaždenie za úlohu aj verifikáciu od-gruntu zaktualizovaných pravidiel súťaženia a ďalšie.

Zo spomenutého sa zrejme uskutočnili iba voľby. Až na menšie výnimky zostalo zloženie vedúcich zložiek zhodné ako v predchádzajúcom období. Najvýraznejšia väčšina delegátov členov voľbou vyjadrila svoju spokojnosť s prácou

zvolených zástupcov v londýnskom olympijskom cykle, bez vôle vykonávať väčšie zmeny v zložení orgánov. Do funkcie predsedu zväzu bol znovu-zvolený jediný kandidát, vo výkonnom výbore nahradili dvoch členov kandidáti z Krásna nad Kysucou a Nového Mesta nad Váhom, v kontrolnej komisii bol nahradený člen, ktorý počas volebného obdobia ukončil svoje členstvo v zmysle stanov, podobne aj v disciplinárnej komisii, kde sa menil aj jej predseda. Dostatočný počet hlasov v dnešných voľbách nezískali kandidáti z Popradu a Dolného Kubína.

Kritické príspevky, ktoré odzneli v diskusii, boli síce podložené aj vážnymi argumentmi a podporené potleskom, zostali však bez ďalšej odozvy. Spokojnosť, ktorá v súčasnosti prevláda vo vzpieračskom hnutí, je obdivuhodná, zato športové výsledky za ostatné roky už menej.

Medzinárodná vzpieračská federácia prejavila svoje uznanie primátorovi mesta Košice za vlaňajšie MS mládeže publikáciou vlastnej produkcie „Lifting the Roof“. Zväz poďakoval svojim členom zvýšnou časťou materiálu a drobných suvenírov.

Delegáti VK KOFI Trenčín sa zúčastnili v takom počte, v akom to dovoľovala skutočnosť, že v susednom Česku sa dnes konalo úvodné stretnutie ligovej súťaže žien, aká u nás absentuje, takže z hľadiska dlhodobej športovej prípravy žien si to klub nemohol nechať ujsť. Svoje dojmy z rokovania opísali jednoznačne, netajili jeho povrchnosť. Predseda klubu si neúprimnou slovnou pochvalou súčasného vedenia zväzu za 35 rokov pôsobenia na Dukle Trenčín chuť do života zobrať nenechal. Odborná trénerská činnosť na reprezentačnej úrovni, akej sa počas svojho pôsobenia v športovom odvetví Mgr. Milan Kováč venoval, je po ostatné roky jedným zo zdrojov nezhôd s vedením zväzu, ktorý takú v príprave žien na OH 2012 a 2016 z neznámych dôvodov odmieta akceptovať.



Delegácia VK KOFI Trenčín

Najlepšími vzpieračmi, ocenenými za rok 2012 sa stali Martin Tešovič (muži, Dukla), Lucia Trojčáková (ženy, Poprad), Matej Kováč (Košice), ktorí sa oceňovania zúčastnili osobne, v najmladšej kategórii Michal Bodorik.

Mládež žije športom

dokončenie – Valné zhromaždenie vzpieračov

Podobne ako súťažiam, ani voľbám či oceneniam vo vzpieraní médiá svoju pozornosť nevenovali. Publicita sa v jednom olympijskom športe „nenosí“, opäť v protiklade so snahami trenčianskeho klubu, ktorý sa ostatné roky snaží si ju zabezpečiť aspoň vo vlastnej rézii.

Nové vedenie SZV (v uvedenom poradí) : *predseda : Dr. Pavol Mutafov (Košice), výkonný výbor : Ján Štefánik (Hurbanovo) a Ing. Štefan Korpa (Košice), Milan Kubák (Nové Mesto nad Váhom), Miroslav Škrobian (Krásno), Ing. Rudolf Lukáč (Banská Bystrica), kontrolno-revízna komisia : Marián Buschbacher (Ružomberok), Ing. Michal Ikréni (Hurbanovo), Štefan Gribanin (Košice), disciplinárna komisia : Ing. Marián Buschbacher (Ružomberok) a p. Janiček (Dolný Kubín), Ondrej Kružel st. (Bobrov)*

Nominácie a kandidatúry

Sledujeme súčasnú európsku a svetovú scénu. V zhodnom termíne prebiehajú v prvej polovici apríla majstrovské súťaže Európy mužov a žien v Tirane, a svetový šampionát mládeže v Taškente, ktorý je zároveň aj olympijskou kvalifikáciou na OH mládeže 2014. Do Albánska boli nominovaní slovenskí pretekári Matej Kováč (Košice) v kategórii do 94 kg a Lukáš Kožienka (Ban. Bystrica) v kategórii do 105 kg, zo žien Lucia Trojčáková (Poprad) v kategórii do 75 kg. Kožienku napokon zväz vyškrtol.

Je pozoruhodné, že na mládežnícku kvalifikáciu do Uzbeckej republiky nenominovalo Slovensko žiadneho pretekára. Je pritom jasné, že chlapčenské družstvo by malo v súťaži pomerne slušné šance. Tým skôr, že na budúci rok nastane posun ročníkov, by bola účasť v dnešnej súťaži lepším riešením, ak – je záujem o účasť na OH mládeže. Vieme, že slovenské vzpieranie nemalo také dobré šance pri ostatných OH mládeže, na ktoré sa snažil kvalifikovať pretekár individuálne. Retrospektívne je možné konštatovať, že aj po veľkej, a takmer aj

úspešnej snahe člena trenčianskeho Centra olympijskej prípravy napokon nebol záujem zväzu o účasť vzpierača na mládežníckych hrách.

Odišne sa javí situácia okolo Volebného kongresu Medzinárodnej vzpieračskej federácie, ktorý sa uskutoční v druhej polovici mája v Moskve. V zozname kandidátov na obdobie 2013-2016 takmer nenájdete stĺpec, v ktorom by „sme“ neboli zastúpení. Kandiduje predseda zväzu Dr. Pavol Mutafov (na funkciu 1. podpredsedu, podpredsedu, alebo člena výkonného výboru), a členovia Výkonného výboru SZV (od volieb zatiaľ nevedno, ako boli rozdelené domáce pod-predsedsnícke funkcie) Ján Štefánik (do technickej komisie) a Ing. Štefan Korpa (do trénerskej a výkonnej komisie). Slovenský kandidát nebol navrhnutý do lekárskej komisie. Aké sú skutočné šance ťažko povedať, poznateľná je však urputnejšia snaha zapasovať sa do funkcionárskeho prostredia než nominovať pretekárov na mládežnícku kvalifikačnú súťaž.

Októbrový svetový šampionát vo Wroclawi ?

Poľské zdroje sa v druhej polovici apríla vytasili so zaujímavou informáciou. Svetový šampionát vo vzpieraní, ktorý sa má konať v októbri vo Varšave, by sa údajne mohol uskutočniť v inom meste, vo Wroclawi..

Školenie trénerov „Weightlifting for Sports“

Trojdnňové školenie, akreditované svetovou a európskou vzpieračskou federáciou, sa uskutoční 7.-9. júna 2013 v Športovom centre Eleiko v Halmstade vo Švédsku. Pozostáva zo 60 hodín vrátane teoretických aj praktických častí, kapacita je do 30 trénerov, prebieha v angličtine. Cena kurzu je 500 euro, cestu a pobyt si účastník hradí sám, pre členské federácie EWF je dohodnutá zľava na ubytovanie. Kurz bude ukončený testmi a úspešní frekventanti si prevezmú certifikát IWF/EWF. Program na webe EWF.

Švédske školenie bude už druhou tohtoročnou vzdelávacou aktivitou Európskej federácie vzpieraní. Tou prvou bol februárový vedecký seminár v známom letovisku a dejisku vzpieračských súťaží Lignano Sabbiadoro v Udine. Taliansky usporiadateľ vyvinul maximálnu snahu pre zabezpečenie účasti z každej členskej federácie. Seminár bol zameraný na výmenu odborných poznatkov medzi zúčastnenými krajinami, so zreteľom na oblasť vzpieraní mládeže (antidoping, vzpieranie v žiackom veku, európske ochranné mechanizmy pre mládež do 15 rokov a etický kódex, rozvoj silových schopností v žiackom veku, prevencia zranení a ďalšie).

Tréningy aj regenerácia počas jarných prázdnin v Tatrách



Na obdobie jarných školských prázdnin sa VK KOFI Trenčín odšahoval do Tatier. Presnejšie, sústredenie v Hoteli FIS v období prázdnin školského krúžku úspešne absolvoval seniorský výber klubu. Tréner Mgr. Milan Kováč má vedenie tréningu pevne v rukách a s priebehom bol spokojný : „Nové prostredie vyburcovalo k dobrým výkonom. Robíme videoanalýzy pokusov počas tréningu a večer individuálne. Podmienky na tréning a regeneráciu super. Funguje nová regenerácia, bez chýb.“



Mládež žije športom



Zmena prostredia podľa očakávania vzpieračom prospela. Celodenná strava je poskytnutá bufetovým spôsobom, takže sú „všetci spokojní a hlavne kvalitne napapaní“, doplnil, formuláciou neutajac, že doma do rodiny nedávno pribudol ďalší drobízg:) V plánoch sú dvoj- a trojfázové tréningy, vrátane techniky.

Spomínané video-analýzy pokusov sú vynikajúcou tréningovou pomôckou. Na zlepšení je možné popracovať priamo v priebehu tréningu, keďže umožňujú zakomponovanie aktuálnych úprav a rozširujú flexibilitu tréningových plánov. Napomáhajú kvalitnému naplneniu cieľov a účelu sústredenia a posúvajú vzájomnú spoluprácu pretekára a trénera na vyššiu úroveň.



Klubové tréningy sú nenahraditeľné aj v procese reprezentačnej prípravy, už nehovoriac o potrebe prítomnosti osobného trénera v zložitom procese reprezentačnej prípravy či počas samotného podujatia. Podobne, ako súlad medzi pretekárom a trénerom, má aj spolupráca osobného a reprezentačného trénera napomáhať optimálnemu výsledku pretekára na súťaži.

Zimné obdobie je v Tatrách jedným z tých najkrajších. Doplnkovými aktivitami bolo počas sústredenia predovšetkým lyžovanie, prechádzky a poznávanie okolia Štrbského Plesa.

Slovenský zväz vzpierania zrušil dorastenecké rekordy

Rekordy dorastencov do 18 rokov boli nahradené novou tabuľkou rekordov juniorov do 17 rokov, ktorej základ už je od najlepších slovenských výkonov 18-ročných pretekárov a pretekárook oslobodený. Tabuľku, aktualizovanú k 31. decembru 2012, publikovala slovenská federácia vo svojej internetovej prezentácii, tu je niekoľko postrehov.

VK KOFI Trenčín prichádza o slovenské dorastenecké rekordy v nadhode a dvojboji Eleonóry Gogorovej v kategórii nad 69 kg z novembrovej súťaže finále Ligy žien 2008 v Ružomberku (82 kg, 144 kg), ktorými dievčina prepísala dané štandardy ako 18-ročná.

Rekordy starších žiakov môže vytvoriť/prekonať aj 12-ročný mladší žiak (tu P. Riečičiar, J. Juhász). Rekordy starších žiačok do tabuliek nepriduli. Výkonnosť a motivácia žiačok pri prechode do dorasteneckej (ME mládeže, MS mládeže, OH mládeže, Turnaj olympijských nádejí..) pravdepodobne nie je zaujímavá, keďže vo veku starších žiačok dievčatá so vzpieraním aj tak skončia.. Alebo je to naopak, a rok-dva pred ukončením ZŠ dievčatá upriamia svoju pozornosť na také športy, v ktorých budúcnosť majú? Pod označením „vianočný“ v uverejnenej pracovnej tabuľke žiakov do 36 kg má športová verejnosť dedukovať „Vianočný turnaj a Memoriál Karola Wienera“, uskutočnený v roku 2007 v Trenčíne.

Slovenské študentské ani veteránske rekordy nie sú súčasťou tabuliek slovenských rekordov.

Ďalšia tabuľka sa vzťahuje k slovenským rekordom vytvoreným v rokoch 2011 a 2012. V roku 2012 sú

oficiálne uvedené žiacke rekordy P. Riečičiara z M-SR mladších žiakov (mládežnícky štvorboj) v trhu, nadhode i dvojboji, aj rekordy M. Bodorika v novej kategórii juniorov do 17 rokov. Správy o Bodorikových rekordoch sa začali vo vzpieraní šíriť už vlni, ale vzhľadom na rekordovú tabuľku výkonov dorastencov do 18 rokov vzbudzovali skôr začudovanie.

V týchto súvislostiach sa vynára potreba siahnúť po oficiálnych pravidlách súťaženia na území SR, keďže novopečená tabuľka rekordov nekorešponduje s rozpisom vekových kategórií, ani s odsekmi vzťahujúcimi sa k slovenským rekordom v tej verzii, ktorá bola dostupná ako ostatná (web, 2008), a použitie svetových pravidiel pri existencii domácich, prípadne úprava tých domácich, avizované neboli. Úpravu domácich pravidiel vykonáva komisia pre súťaže a pro-forma schvaľuje valné zhromaždenie. Iste ne jeden priaznivec slovenského vzpieranania zostane nepríjemne prekvapený, že na oficiálnej internetovej stránke pravidlá súťaženia v olympijskom športe v slovenčine už po piaty rok nenájde.. Pri modifikácii pravidiel iste pomôže aktuálna koncepcia smerovania slovenského vzpieranania, z ktorej akékoľvek domáce úpravy po-správnosti v športe vychádzajú, ale takú rovnako nenájdem, podobne, ako účastníci výročného zhromaždenia zväzu nenašli ani len písomný report za predchádzajúci olympijský cyklus..

Čriepkové infošky zo vzpieračských súťaží

Vo Veľkej cene Košíc dominovali Ružomberok a Krásno

Mesto Košice sa hrdí titulom „Európske hlavné mesto kultúry 2013“ (EÚ), spoločne s franúzskym prístavným mestom Marseille. Svoje návrhy na túto voľbu do Európskej komisie poslala v decembri 2007 až deviatka slovenských miest a v máji 2009 sa na európskej úrovni presadili Košice, čo nám neustále pripomínajú plagátové upútavky na každom rohu. V prvý marcový víkend sa však stalo dejiskom športovej súťaže. Veľkú cenu spojenú s memoriálom usporiadal Slovenský zväz vzpierania prostredníctvom Mestského klubu vzpierania a silových športov Košice v termíne 1.-3. marca 2013.

O sprievodnom programe sa veľa nedozvieme, ale súťaže žiakov, žiačok a dorastencov do 17 rokov prebiehali v nedeľu. Štartovalo 37 chlapcov a 10 dievčat, účastníci pricestovali z klubov krajín vyšehradskej štvorky. Zaevidovali sa výsledky prvej slovenskej súťaže, vyhodnotenej podľa nových koeficientov 2013-2016. Nejednalo sa však o pretek reprezentačných tímov ako bývalo zvykom, dnešná súťaž nie je evidovaná v kalendári podujatí IWF a nebude zahrnutá do svetového rankingu.

Žiaci do 14 rokov boli hodnotení v hmotnostných kategóriách. V poradí najlepšej 5-ky sa zaskveli Samuel Pavlus (Tatran Krásno) s 215,8 Sincl. b., Jakub Hromjak (Slávia Ružomberok) s 212,3 b. a Matej Kubák (Považan NMnV.) s 203 b. Žiačky vytvorili poradie podľa bodov, najúspešnejšia bola Nikola Seničová z domáceho klubu so ziskom 136,8 b., Dalma Mihalovičová (Thermál Veľký Meder) so 136,3 b. a Miriam Skovajsová (Považan) so 125,3 b.

Výsledky žiakov smeli byť započítané aj v 3-členných klubových družstvách dorastencov, a kluby danú možnosť využili.

Výsledné poradie : 1. *Slávia Ružomberok* (M. Fulla, Š. Hatala, T. Matúška) 693 b., 2. *Tatran Krásno* (M. Poštek, S. Pavlus, P. Broda) 635,7 b., 3. *Bonatrans Bohumín (CZE)* 601,6 b., 4. *Thermál Veľký Meder* 600,35 b., 5. *MKV a SŠ Košice* 552,3 b., 6. *Považan Nové Mesto n/Váh*. 520,8 b., 7. *Kazincbarcika (HUN)* 454,8 b. a 8. *Muszyna (POL)* 400,6 b.

Mládež žije športom

Olympijské výročia a konferencia olympijskej akadémie

Slovenský olympijský výbor si pripomína 20. výročie svojho vzniku (vznik december 1992, uznanie MOV september 1993), významnú udalosť v dejinách slovenského športu. Oslavy organizácia plánuje na svojom aprílovom valnom zhromaždení, ale jej pripomenutie bude istotne prebiehať aj na jednotlivých akciách počas roka. Jedna z nich sa už udiala, 11. marca usporiadala Slovenská olympijská akadémia medzinárodnú konferenciu Život a dielo Pierra de Coubertin - olympizmus v praxi v priestoroch nového „pokrčeného“ bratislavského hotela DoubleTree by Hilton. Hlavným motívom bolo pripomenutie si 150. výročia narodenia zakladateľa moderného olympizmu Pierra de Coubertin, ale uskutočnili sa aj voľby v olympijskej akadémii. Tematicky bola konferencia zameraná na olympijskú výchovu, športové aktivity a ich prepojenie so vzdelávaním, v jednotlivých blokoch. Z podujatia bude dostupný zborník prednášok.



Výročiam SOV a narodenín veľikána olympijského hnutia bude tematicky venovaná aj tohtoročná vedomostná súťaž žiakov ZŠ a osemročných gymnázií. Družstvá žiakov do 16 rokov sa prihlásili na svojom olympijskom klube, víťazi krajských kôl postupujú do májového celoslovenského finále v Bojniciach. Vedomostný kvíz družstiev z 19 škôl o vecné ceny sa uskutočnil aj ako súčasť halovej školskej olympiády v rámci bratislavského mestského maratónu.

Letná škola vzpierania



Letná škola
vzpierania

Správy z príprav 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 bude v Trenčíne konať už po deviaty raz.

Podujatie bolo založené s cieľom návcviku 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 nevynímajúc.

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 krajinou oblasťou. Časť účastníkov tvorí nominácia športového zväzu, účasť je otvorená chlapcom a dievčatám so vzťahom k športu, aj športovcom z klubov zo susedných krajín, čím podujatie zvyčajne nadobúda medzinárodný rozmer.

Nahliadnutie : Súčasťou letnej školy vzpierania aj seminár trénerov

9. podujatie trenčianskej Letnej školy vzpierania je plánované na termín 7. - 13. júla 2013. Druhý júlový týždeň, plný pohybových i vzdelávacích aktivít, športových súťaží, poznávacích výletov a množstva ďalších „tradičných chuťoviek“.

Súčasťou letnej školy bude s najväčšou pravdepodobnosťou aj seminár trénerov, venovaný rozvoju silových schopností detí a mládeže do 12 rokov. Určený by bol nielen trénerom vzpierania, ale i ďalších športov. Letná škola je kalendárovým podujatím Slovenského zväzu vzpierania. Detailnejší časový rozpis bude dostupný v blízkej budúcnosti. Výber účastníkov zo vzpierania uskutoční odborná komisia. V budúcom vydaní si zhrnieme situáciu okolo rekordov podujatia.

Ligový kolotoč 2013



Úvodné kolá súťaží družstiev mužov odštartovali 9. marca v troch regionálnych skupinách. Pretek sa konali v Košiciach, Veľkom Mederi, a na pôde ešte stále nováčika v usporiadaní súťaží, v Krásne nad Kysucou. Ligový aj extraligový pretekári súťažili na jednom pódiu v každej zo skupín, takže situácia bola „uprataná“ až vo výsledkových listinách a následne zhrnutá do podoby súhrnných tabuliek s odstupom času.

VK KOFI Trenčín postavil družstvá v oboch súťažiach. Extraligový tím Trenčína zahájil v Krásne nad Kysucou svoju premiéru, do súťaže sa konečne prebojoval vlaňajším víťazstvom v lige. Podľa súčtu bodov, aký vykazoval za ostatné roky, sa očakávané ocitol na druhej pozícii už v úvodnom kole, s rozdielom 6,5 bodu na favorita z Dolného Kubína. Košický mestský klub sa s vyše 90 –bodovým sklzom na Trenčín usadil predbežne na treťom a poradie uzatvoril s vlastnými silami Hlohovec. Nesúťažila Diana-Orol Ružomberok.



Mládež žije športom

Druhý najlepší bodový výsledok úvodného kola zaznamenal trenčiansky pretekár Tierentiev, s exoticky znejúcim menom, dosiahnuvší takmer 400 bodov, s polbodovým sklzom na podobne exoticky kategorizovaného pretekára Dolného Kubína.

Pri takýchto výkonoch budú musieť v pokračovaní súťaže „zabrať“ domáci pretekári, ktorých aktuálna forma o výsledku družstva v ročníku rozhodne. Akademický ex-majster sveta Pavol Svrček zaujal 5. priečku v poradí jednotlivcov. Fanúšik sa nemôže zbaviť podozrenia, že pretek bol previerkou výkonnosti mládežníckych nominantov na európsky šampionát.

Tabuľka extraliga : pretekári VK KOFI Trenčín



Extraliga	Roč.	Tel. hm.	Trh	Nahod	Dvojboj	Body
TIERENTIEV Mykola	1986	89,10	145 152n	152 180 190	-	342 399,5716
SVRČEK Pavol	1982	78,50	120 125	130 140 147	150n	277 345,0960
POKUSA Matúš	1988	96,30	125 130	135 150 155	160	295 333,1638
MASNICA Adam	1990	89,10	120 125	130n 155	160n 160n	280 327,1346
KOVÁČ Milan	1988	82,80	117 122n	122n 135 140	143	260 314,8503

Poradie družstiev v extralige po 1. kole

1	WLC Elkop Dolný Kubín	1726,4859
2	VK KOFI Trenčín	1719,8163
3	MKVaSŠ Košice	1626,9762
4	TJ Sokol Hlohovec	1464,5889

Poradie družstiev v lige po 1. kole

1	Tatran Krásno nad Kysucou	1462,2533
2	MKVaSŠ Thermál Veľký Meder	1425,8094
3	VK KOFI Trenčín "B"	1351,9057
4	ŠK Olympia Bobrov	1329,8637
5	ŠKV Dunajplavba Bratislava	1281,6684
6	TJ Strojár Hurbanovo	1251,4703
7	MKVaSŠ Košice "B"	1213,2112

Trenčianski presunuli Žejdlíkov „lážo-plážo“ výsledok“ k juniorom svojho ligového „B“ tímu. V lige sa zúčastnilo 7 družstiev, z toho dva „B“ tímy extraligových klubov. Najvyšší bodový súčet dosiahli Tatran Krásno, Veľký Meder a mládežnícky tím Trenčína. Poradiu najlepších jednotlivcov dominovali jednotlivci z prvých dvoch tímov.

Výsledky B –družstva pretekárov VK KOFI Trenčín (liga) v tabuľke

Liga	Roč.	Tel. hm.	Trh	Nahod	Dvojboj	Body
ŽEJDLÍK Jiří	1985	64,70	90 100	105n 100 110	-	210 294,7971
FABO Denis	1993	75,50	95 100n	100 110 115 120	220	280,1757
PŠENÁK Jozef	1993	76,10	90 95n	95 110 115 120	215	272,5649
ŠTULAJTER Filip	1988	89,90	90 100	105n 120 127	132n	227 264,1238
FABO Jakub	1997	56,50	65 70	75 75 80	85n	155 240,2442

O rozdelení súťaže družstiev do troch skupín sme až do dnešného roka nechyrovali. Isté je, že z pohľadu nákladov na účasť bol pretek vo východnom Európskom hlavnom meste kultúry predsa len trochu „pridrahý“, takže zväz ustúpil viacerým námietkám klubov a vytvoril skupiny tri. Pretekári štartujú za svoje, možno do finále sa dočkáme tých skupín aj viacero, kým problém centrálne nesponzorovaných extra-pretekov vyrieši korešpondenčný spôsob..

Aktuality z prostredia študentského športu

4. akademický šampionát FISU bude v Čiang-mai

Počas tretieho dňa zasadnutia VV FISU začiatkom marca v Bruseli boli hlavnou témou akademické svetové šampionáty. V roku 2012 ich usporiadalo 17 krajín štyroch kontinentov v 17 športových odvetviach, Čile a Azerbajdžan hostili podujatie FISU po prvý krát. Zapojených bolo takmer 6 tisíc účastníkov, presnejšie do 2700 športovcov, do 1700 športovkýň a vyše 1500 funkcionárov súťaží, reprezentujúc 101 krajín. Počas 3. vzpieračských AMS (Eilat) padli aj svetové rekordy. 12. šachový šampionát bol súčasne 300. šampionátom v histórii FISU. Vlni sa v programe AMS predstavili aj tri nové športy. Rozbieha sa proces kandidátúr na rok 2016, do programu zrejme pribudnú ďalšie športy.

Rok 2013 bude univerziádny, letné športy súťažia v Kazani. Výbor zvolil usporiadateľov akademických MS 2014 v ďalších športoch, medzi nimi aj vzpieračského. Najbližší, štvrtý šampionát pre vzpieračov-študentov sa teda uskutoční v Čiang-mai v Thajsku. Informovala o tom aj Medzinárodná vzpieračská federácia. Thajský univerzitný športový výbor s Thajskou amatérskou vzpieračskou asociáciou sa na zasadnutí prezentovali úspešne, rozhodnutie bolo jednomyselné. Akademický šampionát sa bude konať na mieste MS 1997 a 2007, i prvých MS

mládeže, ako podujatí, ktoré sa veľmi významne zapísali do histórie slovenského vzpieraní.

Študentské šampionáty kontinentálnej organizácie EUSA sa budú konať v roku 2013 v 17 športoch, pričom vzpieranie sa zatiaľ neetablovalo na európskej pôde, a rovnako, ani na území Slovenska sa tento rok európsky študentský šampionát neuskutoční, tie najbližšie budú v Poľsku alebo Maďarsku. Vzpieranie si zatiaľ nenašlo cestu ani na Európske študentské hry, usporiadateľ ich tretieho podujatia v roku 2016 bude vybraný v júni spomedzi kandidátskych miest Portugalska a Chorvátska.

Z domácich podujatí sa uskutoční 13. apríla Vysokoškolská liga a M-SR vysokoškolákov vo Veľkom Mederi, spoločne s vysokoškolskou ligou, ihneď po ligovej súťaži dorastencov. Jednotlivci budú hodnotení v hmotnostných kategóriách mužov a žien, družstvám sa do výsledku finálového kola započítavajú výkony najlepších troch členov. O poradí tímov VŠ ligy akad. roka 2012/2013 rozhodne súčet zisku družstiev z prvého a finálového kola. Program domácej kvalifikácie na Kazaň známy nie je. Do Ruska sa však pripravujú aj dvaja členovia VK KOFI Trenčín, tak držíme palce !

Študentské súťaže a sprievodné podujatia pritiaľnu v lete pozornosť športovej verejnosti do Kazane

Svetová letná univerziáda bude opäť nielen multišportovým podujatím, ale aj podujatím mnohých ďalších sprievodných aktivít svetovej organizácie pre univerzitný šport. Výstavba síce nebola v Kazani ukončená ani rok pred univerziádou, ale vzhľadom na to, že nové sú štadióny, cesty, športová dedina a aj letisko, je to pochopiteľné. Priebežne sa v Kazani konajú testovacie športové podujatia, medzi nimi aj AMS v niektorých športoch. Unikátnu, už dávnejšie dokončenú dedinu obývajú študenti, a po ukončení univerziády sa sem aj vrátia. Je to iba jeden z mnohých benefitov, ktoré mesto získa usporiadaním športových hier a s tým súvisiacou potrebou výstavby.

Program štrnástich hlavných športov kazanskej univerziády zostavil jej usporiadateľ v spolupráci s exekutívou FISU, vzpieranie je jeho súčasťou. V súhrne budú súťaže prebiehať v 27 športoch a predpokladaná účasť je okolo 13 tisíc športovcov. Novinkami z prípravy svojho podujatia fanúšikov zahŕňa aj kórejský usporiadateľ budúcej

univerziády v roku 2015, ale s chybičkou krásy, pretože v programe jej súťaží vzpieranie dopodnes nefiguruje..

Kazanský usporiadateľ už roky športovú verejnosť hýčka správami o prípravách svojho podujatia, a nielen technického charakteru, ale aj o desiatkach a desiatkach propagačných podujatí, ktoré sa konali v období kandidátny, po pridelení usporiadania, i počas samotných jeho priprav zaujímavým a pútavým spôsobom, pri ktorom si v zmesi nespočetných oblastí denných správ želáte byť práve o tejto kazanskej univerziáde informovaní. Pohľad do prípravy veľkého podujatia a sprievodných aktivít sú od plánov a konštrukcií, cez závažné premeny mesta a široké zapojenie verejnosti, až po oslavy jednotlivých míľnikov a rôznofarebné kampane skutočne fascinujúce, môžeme si iba želať, aby sme takúto atmosféru aj na Slovensku mohli zažiť ?

Mládež žije športom

dokončenie – Univerzitný šport

Miestne obyvateľstvo si uvedomuje, aký prínos má usporiadanie každého väčšieho podujatia pre zvýšenie ich vlastnej životnej úrovne a kvality života, kladné zviditeľnenie mesta a krajiny nielen v účastníckych krajinách, a pre rozvoj v mnohých oblastiach priemyslu. Kazanský usporiadateľ už informoval ruského prezidenta o dominujúcom využití práve domácich technológií. Prezentácia domácich produktov v praxi je pri splnení očakávanej kvality pre každú krajinu tou najúčinnejšou reklamou.

V ostatnom čase športový fanúšik sleduje štafetu s univerziádnym ohňom, ktorá bola na území Ruska slávnostne odštartovaná počas osláv Ruského dňa študentov 25. januára 2013, keď oheň vo vkusnom ochrannom obale uvítali vo Vladivostoku. Pochodeň vyštartovala ešte 12. júla 2012 zo Sorbonskej univerzity vo Francúzsku, ktorá bola dejiskom prvých svetových študentských hier v roku 1923, a ďalej cestovala po mori. Korpus kazanskej pochodne je zlatej farby a má tvar tulipána (ako inak, veď je to symbol kazanskej „kvetinovej“ univerziády). Striedavo ju ponosú ruské športové osobnosti, ambasádori podujatia i dobrovoľníci, zastaví sa aj v Krasnojarsku, ktoré kandiduje na usporiadanie zimnej univerziády v roku 2019. Pohyb štafety tridsiatkou študentských miest a 43 oblastí Tatarstanu do Kazane bude naďalej sprevádzať televízia. Do Kazane štafeta dorazí 6. júla 2013 na slávnostné otvorenie univerziády.

Pamätné zlaté a strieborné mince SLU Kazaň 2013 vydala Ruská centrálna banka pred začiatkom podujatia, čím osloví predovšetkým zberateľov. Väčšie množstvo vydala z každej predlohy aj vo verzii obyčajného kovu, pôjde zrejme o vkusný drobný suvenír.

Prípravných fáz kazanskej univerziády sa zúčastňuje aj taiwanská delegácia usporiadateľa univerziády v roku 2017, aby získala a zužitkovala cenné skúsenosti v príprave vlastného podujatia. Túto taktiku už roky využíva FISU na zvýšenie úrovne svojich multi-športových podujatí. Tiež kazanská delegácia sa v rámci pozorovateľského programu zúčastňovala organizácie predchádzajúcich podujatí. V rámci pozorovateľského programu Kazaň pozýva budúcich usporiadateľov svetových hier, majstrovstiev a iných multi-športových podujatí, sledovať prípravy univerziády 2013. Aktivity prebiehajú na pätnástich súťažných i nesúťažných miestach, v univerziádne dedine, štadióne, vrátane ceremónií, v univerziádnom parku či na letisku, vrátane seminárov, prehliadok, stretnutí a školení v novo-otvorenom Medzinárodnom vzdelávacom stredisku FISU v Kazani. Pozorovateľský program organizuje FISU v spolupráci so vzdelávacím strediskom a usporiadateľom tohtoročnej univerziády. Medzinárodné vzdelávacie centrum FISU v Kazani už

predstavované bolo. Tento moderný projekt vznikol v spolupráci FISU, Ruskej únie študentského športu a autorít Tatarstanu a mesta Kazaň, aj v súvislosti s konaním SLU 2013. Stredisko bude slúžiť pre potreby univerzitného športu v medzinárodnom rozsahu, a to nie iba počas univerziády.

Podobne ako popri predchádzajúcich univerziád, aj v Kazani sa uskutoční viacero ďalších podujatí organizácie FISU. Hlavnou témou Konferencie FISU bude 14.-17. júla „Univerzitný a olympijský šport : dva modely – jeden cieľ ?“ vrátane ôsmich pod-tém v programe. Najlepším príkladom pre zvolenú tému je snáď samotné Rusko, ako usporiadateľ hier letných študentských v Kazani, i zimných olympijských v Soči. V porovnaní s predchádzajúcimi konferenciami sa táto bude konať v športovej dedine, a termínovo až na konci hier, nie na ich začiatku. Výber hlavnej témy môže vyznievať ako porovnanie, nasvedčujú tomu aj zvolené pod-témy, Historické, spoločenské a kultúrne aspekty U/O športu, Odkaz uskutočnených U/O hier, Duálne kariéry študentov-športovcov, Úloha médií v U/O športe, Tradičné a inovatívne technológie v U/O športe, Vplyv U/O športu na zdravý životný štýl, Úloha športu v odlišných vzdelávacích systémoch, Ženy v U/O športe.

Počas športových súťaží bude prebiehať 2. kolo Programu pre mladých reportérov, ktorý realizuje FISU v spolupráci so svetovou organizáciou športovej tlače AIPS. Prvé kolo sa konalo pred dvomi rokmi v Šen-čene, keď študenti „zásobovali“ článkami webovú stránku organizácie. Do Kazane FISU vybralo 12 študentov (športová žurnalistika) od 19- do 25 rokov, so zastúpením piatich kontinentov a rovnakým zastúpením chlapcov a dievčat.

V Kazani FISU po tretí krát udelí ceny ženám v športe. Komisia ohodnotí prínos v oblasti zvýšenia zapojenia žien v športe na všetkých úrovniach z doručených návrhov. Ocenený môže byť projekt, organizácia alebo jednotlivec. Špeciálna cena bude udelená pre projekt, ktorý môže byť príkladom pre ďalšie, v iných krajinách, regiónoch, či kontinentoch. Vyslovovanie uznania za prínos v oblasti zapojenia žien, a podnecovania pozitívnych zmien v spoločenskom chápaní rovnosti šancí, nie je len univerzitnou špecialitou. Iba pred časom odovzdával ceny aj Medzinárodný olympijský výbor, ktorý na návrh Medzinárodnej vzpieračskej federácie vyslovil najvyššie uznanie v roku 2013 prezidentke Thajskej amatérskej vzpieračskej asociácie, pani Boossabe Yodbangtoeyovej počas slávnostnej udalosti v Lausanne. Rok 2013 bol vyhlásený za „Rok vzpierania žien“.

Na usporiadanie úspešného podujatia je v športe kladený čoraz väčší dôraz

Tematické konferencie, zamerané na prípravu úspešného športového podujatia, nie sú už v kalendároch žiadnou zriedkavosťou. Takou bol aj jeden z tohtoročných seminárov študentskej organizácie FISU, ktorý sa uskutočnil v prvej polovici marca na pôde usporiadateľa Svetovej letnej univerziády 2017 v Taipei City na Taiwane. Odborníci v tejto oblasti sa venovali hlavne technickým otázkam usporiadania väčšej multišportovej súťaže. Technické pozadie priprav súťaže je oblasťou, ktorá býva pre

športovú verejnosť veľmi málo zaujímavou. Vnímanie športovej udalosti verejnosťou je však jedným z významných ukazovateľov úspechu, a na tomto sa rovnako významne podieľa aj úspešné technické zabezpečenie, takže sa vlastne pohybujeme v určitom kruhu. Zhoda funguje v tom, že tak, ako športové výkony (športovci ako aktéri), aj podmienky, v akých sa súťaže konajú, sú pre dosiahnutie výkonov i spokojnosť fanúšikov a celkový efekt dôležité.

Kultúrna vyspelosť krajiny sa hodnotí aj v športe

Moderná spoločnosť je charakteristická zmesou kultúr, žijúcich na jednom mieste oddelene a predsa spoločne. Kultúrna vyspelosť obyvateľstva je hodnotená schopnosťou akceptovania odlišností pri zachovaní si vlastných osobitostí. Obzvlášť vo väčších mestách, kde je vyššia hustota obyvateľstva, sa počas bežného dňa v uliciach premieľa veľmi pestrá zmes, jedinečná svojimi zvykmi, výzorom či spôsobom oblečenia, alebo rečou, ktorou rozpráva. Či už ide o miestne obyvateľstvo, návštevníkov a turistov, študentov z iných krajín, alebo komunity, ktoré v meste pôsobia. Miestne obyvateľstvo, ktoré je v krajine dominantným, určuje aj zvyky, ktoré na báze pestovania tradícií v danom meste prevažujú. Vzájomné spoznávanie kultúr prebieha počas „stretových“ eventov, ktorými môžu byť v oblasti kultúry rôzne festivaly, alebo podujatia v oblasti športu.

S prezentovaním rozmanitostí pri zachovaní vlastných tradícií sa môžeme stretnúť pri kandidaturách krajín a miest na usporiadanie väčších medzinárodných podujatí. Rešpektovanie odlišností bolo podobne ako sloboda prejavu jedným z momentov, ktoré vyvstali po spoločenských zmenách obzvlášť v tých krajinách, ktoré sa náhle vymanili z režimu „uzavretosti“ voči iným kultúram, aj v politickom kontexte. Ovplyvnili vnímanie ľudí a ich postoje, dá sa povedať, že cesta k tolerantnosti voči odlišnostiam býva vo všeobecnosti kratšia v kruhu miestnej inteligencie, u ľudí mladších, ešte otvorených novým poznatkom či vzájomnému spoznávaniu, v oblastiach vedy, umenia a športu, pre činnosť ktorých bola medzinárodná konfrontácia dôležitá vlastne vždy.

Odlišnosti v športovej oblasti najčastejšie vnímame prostredníctvom medzinárodných súťaží, spôsobu vedenia tréningov a športovej prípravy v iných krajinách, napr. v mládežníckom športe, ďalej prostredníctvom odborného prístupu, výskumu a športovej vedy, ale aj prostredníctvom miestnych zvyklostí a modelov, ktoré sa viac- alebo menej priaznivo premietajú vo sfére športu, napr. postoj

niektorých krajín k športovaniu žien, alebo vo vzpieraní už dávnejšie riešené otázky športového oblečenia žien, ktoré boli aj základom predmetných zmien vo svetových pravidlách súťaženia.

Isté je, že nielen z etického hľadiska, ale aj z pohľadu dodržania medzinárodných noriem, sa krajina, ktorá navrhne usporiadanie vrcholného podujatia na svojom území, zameriava na prezentovanie svojej kultúrnej vyspelosti a pripravenosti hostiť v danom období delegácie zo všetkých členských krajín a kontinentov. Usporiadateľa svetových multi-športových hier súperia vo vytváraní podmienok pre delegácie z exotických krajín. Ide o odbornú činnosť založenú na intenzívnej spolupráci. Snaha je pochopiteľná, ústretovosť je ocenená nielen počas konania podujatia, ale je investíciou do budúcnosti aj výhľadovo, keďže prináša benefity v mnohých oblastiach života, ako budúcich kandidátúr, nadväzovania spolupráce, či ďalšieho rozvoja turizmu. Preto pochopiteľná je aj búrlivá radosť a nadšenie miestneho obyvateľstva po vyhlásení výsledku voľby a získaní práva usporiadať medzinárodnú športovú súťaž.

Čarovné slovíčko „zapojenie obyvateľstva“ neoznačuje zďaleka iba dobrovoľnícku činnosť, ale aj zapojenie inštitúcií a organizácií zo všetkých „šteblíkov“ spoločnosti, pre ktoré je podujatie unikátnou príležitosťou sa medzinárodne prezentovať, zaujať, povzbudiť záujem o svoju činnosť. Nech už ide o projekty alebo produkty, s minimálnymi nákladmi a s maximálnym nasadením na vlastnej pôde. Bez ohľadu na to, či ponúkate autá, metódu rozvoja silových schopností detí do 10 rokov alebo umelecky zdobené špendlíkové hlavičky. Hľadanie a nachádzanie spôsobov a riešení je tou oblasťou, ktorú objavujeme, zatiaľ čo v západných krajinách funguje nepretržite. Nechať vyniknúť potenciál a jedinečnosť svojej krajiny prostredníctvom humánneho priemyslu, športu.

Mládež žije športom

Téma dňa - Cvičíte vonku ?



Organizované športové aktivity, či už pod záštitou školy, športového klubu, zväzu alebo iného zoskupenia, môžu prebiehať vo vnútorných alebo vonkajších podmienkach. Záleží to aj od zvolenej pohybovej aktivity a potreby náradia, požadovaného typu ihriska, účelu, či ide o tréning alebo súťaž..

Spontánne, neorganizované športové aktivity, prebiehajú zväčša vo vonkajších podmienkach. Jednak je málo pohybových aktivít, ktorých prevedenie prinesie požadovaný efekt vo vnútorných podmienkach, jednak pre skupinku to môže byť nepraktické cvičiť vo vnútorných priestoroch. V prípade spontánnych alebo individuálnych pohybových aktivít tiež prevažujú tie, ktoré vyžadujú väčší priestor, napr. známe šprinty alebo bicykel, v skupinkových už môžu vyžadovať pomyselné ihrisko, napr. na futbal, basketbal, alebo špecifické podmienky, keď na plávanie potrebujeme vodnú plochu, na lyžovanie prírodný sneh a lesný alebo kopcovitý terén a pod.

Okrem kolektívnej hry sú najpraktickejšie, a v mladšom veku i veľmi obľúbené atletické, gymnastické pohybové cvičenia a jednoduché posilňovacie prvky. Mládež dokážu zaujať pohybové hry, pri ktorých sa venujú behu, na provizórnom náradí vyskakujú, rúčkujú, ňaťahujú sa, donekonečna so živou energiou a nasadením, spomeňme napríklad drevené cvičebné prvky, ktoré sa zvyknú umiestňovať do lesoparkov, sú verejne prístupné a aj spontánne využívané. Ku mnohým „dreveným preliezkam“ sú na

tabuľkách pripojené popisy či návody na rôzne varianty ich použitia. Ďalšie sa nachádzajú v lese „odjakživa“ a žiadnymi tabuľkami už vybavené nie sú, ak aj predtým boli. Tieto cvičebné náradia obľubujú rovnako chlapci ako dievčatá, nerozhoduje vek, náročnosť cvičenia si každý zvolí sám. Z hľadiska bezpečnosti sú lesné cvičebné prvky iste vhodnejšie ako preliezky z betónových a kovových častí, ktoré tvorili súčasť tzv. socialistických sídlisk s pieskoviskom, určených pre deti a mládež.

pokračovanie – Téma dňa

Šport ľudí spája. Ďalšou spontáno-organizovanou pohybovou záležitosťou sú rodinné hry. Klasickým príkladom je rodina, ktorá sa na víkend vyberie si zaplávať na jazero, lyžovať na miestny kopec, zahrať si tenis, bedminton, a podobne, vyzbrojená aj potrebným športovým náradím. Vyhliadnu si voľnú plochu a ďalšie podmienky si určia sami. Obľúbené sú aj rôzne loptové hry, rodinné cvičenia na mini-karimatkách na lúke, pešia turistika náučnými chodníkmi, kombinovaná s poznávacou funkciou, či priamo dlhšie výlety na bicykloch. Nie náhodou v športových rodinách väčšinou nájdeme niektorého jej člena, ktorý je priamo zameraný na šport, napr. pôsobí v bežnom živote ako športový tréner, alebo vyučuje telesnú výchovu, prípadne získal pohybové návyky ako dieťa v kruhu rodiny, a ako také ich vniesol i do svojej vlastnej a vedie k športu a pohybovému spôsobu života aj svojich potomkov. Je smutný pohľad na dieťa z „nešportovej rodiny“, závistlivo sledujúce spoza záclony, ako sa susedovci s piknikovými košmi, loptami a bedmintonovými raketami nakladajú ráno do auta a prídu vysmiati až navečer.

Dá sa povedať, že športovo orientované rodiny „to v živote vyhrali“. Deti získajú vynikajúce návyky do života, dobrý pohybový základ, čo sa priamo odráža na ich fyzickej kondičke, odolnosti voči ochoreniam, a nepriamo aj v športovom prístupe pri riešení problémov, v spôsobe rozhodovania, lepšej vybavenosti pre zvládanie stresových situácií, takmer ideálnych predpokladoch na hladké začlenenie v nových kolektívoch. Deti zo „športových rodín“ získajú pohybový základ, a tým majú vytvorené lepšie šance vyniknúť v niektorom športe. Tu môžeme nájsť aj vysvetlenie, prečo sa v športovej reprezentácii stretávame s fenoménom „úspešných rodín“. Pestovanie pohybových aktivít od útleho veku spolu s talentom, ktorý sa môže sčasti preniesť aj dedične, a jeho rozvíjanie s osobným zainteresovaním najbližších, zväčša aj prináša želané úspechy.

Mamutí podiel na dobrej fyzickej kondícii majú práve tie cvičenia, ktoré je možné realizovať aj vonku na čerstvom vzduchu. Vo vzpieraní sa s nimi stretáme pod tajomným označením všeobecná športová príprava. Tajomným preto, lebo výber konkrétnych prostriedkov je fenoménom, pri ktorom je ich okruh v podstate iba odporúčaný. Konkrétny výber prostriedkov a hier závisí nielen od miestnych možností, ale aj odbornej fundovanosti mládežníckeho trénera. Hovoríme o trénerovi mládeže, pretože podiel všeobecnej prípravy vo vzpieraní na Slovensku, žiaľ

s vekom cvičencov veľmi prudko klesá. V nadväznosti na to, žiaľ väčšinou klesá aj podiel športových aktivít, ktoré vzpierači realizujú vonku na čerstvom vzduchu.

Šampionáty vo vzpieraní za ostatné roky výrazne „omladli“. Výkonom svetových seniorov sa približujú starší juniorskí pretekári, na súťažiacich juniorov sa prediera do popredia dorast, domáce rekordy starších žiakov prekonávajú mladší žiaci. Nasledujúce riadky sa netýkajú iba vzpierania. Ruka v ruke s ohodnotením za mládežnícke úspechy v športe by malo ísť monitorovanie ochranných pravidiel. Ak nepôjde, môže sa dostať nežiadúci efekt, a na bežiacej linke sa budú produkovať vynikajúce, ale rýchlo zhasínajúce talenty z „kľetkového chovu“, určené na pokrytie nákladov za vynaložené úsilie. Spomínali sme si, že sústredenie sa na výnimočné talenty môže prinášať odklon záujmu trénerov od bežného športovca. Prudko klesajúca pohybová gramotnosť bežnej populácie v ostrom protiklade s hĺstkou talentov. Tomuto javu, ktorý sa následne nepríjemne premieta do zdravotníctva či sociálnej oblasti, sa snaží v ostatnom období konkurovať naštartovanie záujmu o šport pre všetkých. Šport pre všetkých by mal zahŕňať aj široký výber aktivít, ktoré sa realizujú vo vonkajšom prostredí.

Na druhej strane, ak sa vrátíme ku vzpieraniu, na všeobecný nárast výkonnosti v mladších kategóriách je nútená reagovať konkurencia. Uvedomuje si, že úroveň bežnej populácie klesá, čo má dopad aj na výber talentov a ďalších mladých adeptov aj spôsob práce s nimi. Vo veku starších žiakov sa ťažšie začína bez pohybového základu. Cvičenia na rozvoj silových schopností pre deti vo veku do 10 rokov mnohým dospelým privolávajú zimomriavky, ale je potrebné mať na zreteli, že u detí nejde o silovú prípravu ako takú, ale o rozvoj prirodzených silových predpokladov vzhľadom na ich vek, vzhľadom na ich aktuálnu fyzickú kondičku, vzhľadom na ich zdravotný stav a skutočnosť, že sú v období rastu. Preto základné pohybové úkony, ako hádzanie, skákanie, preliezanie, ohyby, cvičenia s chrbticou, sú u detí do 10 rokov žiadúce, manipulácia so 6 – kilogramovým plastom, či 1 a 2 – kilogramovým medicinbalom sú aj pre začiatníkov vhodné. Mnohé cvičenia, ktoré sa uskutočňujú v športových krúžkoch, nie sú veľmi odlišné od obsahu hodín telesnej výchovy na základných školách, iné cvičenia túto náplň rozširujú.

Mládež žije športom

pokračovanie – Téma dňa

S viacerými cvičeniami sa môžeme stretnúť aj v programe olympijských pohybových súťaží odznaku všestrannosti a podobne, tým sa vraciame opäť ku podujatiam konaným v rámci organizovaného športu. Stupeň náročnosti cvičení pre deti v školskom krúžku závisí od miery ich zlepšenia v technickej oblasti prevedenia jednotlivých športových disciplín. Ak deti zvládnu techniku na plastovej činke, tak po ročnom tréningu môžu začať pod dohľadom trénera

Disponovať striktno udržiavaným zeleným trávnikom na prevedenie atletických disciplín môže u nás asi málokto, snáď futbalisti, keďže technicky to nie je jednoduché. Trenčianski žiaci taký poznajú z rakúskych súťaží mládežníckej ligy. Prevedenie atletických disciplín sa uskutoční zväčša na zelenom trávniku (šprinty) a parkovisku (hody, ..) vo vonkajšom prostredí, pričom vzpieračské disciplíny viacbojov sa konajú v hale. Na Slovensku je zaužívané lokalizovať atletické disciplíny do veľkej telocvične z dôvodu zachovania predpísaného priestoru pre hody a skákanie, a na vzpieračské disciplíny sa presunúť do posilňovne s pódium, prípadne vyhradiť preň časť telocvične.



V ostatných rokoch sa do popredia natíska zatraktívnenie žiackych súťaží, kombinujúcich atletické a vzpieračské cvičenia s podtextom „pre krásu a zdravie“ žiakom a žiačkam základných škôl i širokej verejnosti, ako pohybový protipól sedavému spôsobu života.

Snaha vytrhnúť cvičencov na čerstvý vzduch prináša benefity v takom množstve oblastí, že o jej opodstatnenosti snáď nemôžu byť pochybnosti. Načrtnime si preto niektoré z nich.

Ak má byť činnosť protipólom sedavej činnosti, mala by obsahovať pohybové prvky. Viacboje trenčianskeho školského krúžku pozostávajú z pohybových cvičení. Ak je sedavá činnosť vykonávaná v interiéri, jej kompenzácia by sa mala naopak, presunúť na čerstvý vzduch. Ak má byť cvičenie vonku benefitom v porovnaní s cvičením v hale, neradno čakať na počasie, pri ktorom vonkajšia teplota vyhovuje pri fyzickej pasivite. Tréningy futbalistov sa vonku konajú pre všetky ročníky, v každom ročnom období, v každom počasí, dokonca i v prípadoch, keď „by ste psa von nevyhnali“, na trávniku isto nájdete trénovať futbalistov. Toto ohromne prispieva k zlepšeniu fyzickej kondície

experimentovať so žiakou oskou a neskôr sa na súťaž pridajú aj kotúčky.

Kovová činka nepatrí do rúk tým mládežníkom, ktorí ešte nemajú precízne nacvičenú techniku jej správneho použitia. Bolo by to ako šoférovať auto bez „vodičáka“, takto môžeš len ublížiť sebe alebo druhým, najskôr robiť frajerinu a potom priznať „to som nevedel“.. Majstrovstvo nie je zdvihnúť ťažkú činku, ale *vedieť ju správne zdvihnúť*.

Od nástupu používania Baby Barbell činiek pri domácich súťažiach, ešte v období platnosti pravidla minimálnej hmotnosti činky 6 kg, bolo zámerom iniciujúceho klubu uskutočňovať cvičenia s činkou vo vonkajšom prostredí podobne, ako na podujatiach letnej školy vzpierania. Plastová činka totiž prakticky nevyžaduje inštaláciu veľkého dreveného pódia tak ako klasická činka. Umiestnenie pódia je možné určiť aj pomocou iného, ľahko prenosného materiálu. Toto sa však docieľiť nepodarilo, napriek tomu vo vonkajších priestoroch sa uskutočnilo viacero exhibičných podujatí. Prevedeniu atletických disciplín v rámci desaťbojovej letnej školy vo vonkajších priestoroch mohlo technicky zabrániť iba počasie.

i imúnosti voči ochoreniam. Podobne aj individuálne pravidelné fyzické aktivity verejnosti, ktorej záleží na vlastnej kondičke, ktorých stretávame na „ich trasách“ pravidelne ráno šprintovať, v každom počasí.

Tak ďaleko však ísť nemusíme, postačí si len uvedomiť, že pri fyzickej aktivite na teplomeri nemusí svietiť 30°C, aby sme do tréningu mohli zaradiť aj cvičenia mimo halu. Akonáhle sa vonku roztopí sneh, vykukne prvé „zubaté“ slniečko, teplota vzduchu jarne vystúpi ku desiatke a príroda prinesie závan blízkych klimatických zmien, je možné sa vytrhnúť so športovým náradím na dvor. Počasíu je potrebné vhodné prispôbiť tréningové oblečenie, na jar a na jeseň ideálne dlhý rukáv a šponovky z elastického materiálu, v lete zase šilt proti slnku a pitný režim. Vonkajším okolnostiam prispôbíme aj výber cvičení do rozcvičky.

Školská súťaž bola aj previerkou



Tohtoročné marcové výkyvy počasia spôsobili striedanie období snehových kalamít so skutočným jarným počasím. A vždy, keď si už myslíme, že zima ustúpila, znovu sa v podobe snehovej nádielky vráti. Trenčiansky školský krúžok Baby Barbell pohotovo zareagoval na jedno z tých náhlych jarných teplotných zvýšení, ktoré poskytlo príležitosť uskutočnenia ľahkoatletickej časti súťaže vonku na školskom dvore pred posilňovňou. Po tom, ako novomestské družstvo odrieklo účasť v 6. kole Školskej Baby Barbell ligy, súťaž pokračovala v plánovanom termíne 13. marca, ale nie v Novom Meste nad Váhom, ale na Kubrici v Trenčíne.

Účasť na predchádzajúcej súťaži ovplyvnilo chrípkové obdobie na školách. Po mesiaci deti súťažili s veľkým nasadením. Situáciu komentoval tréner Mgr. Milan Kováč: „Choroba sa podpísala na ich výkonoch. Preto bolo dobré, že si odsúťažili a videli, ako sú na tom.“ Ročníky 2005 a 2006 hádzali 1 kg medicinballom, zvyšné s 2 kg plnou loptou. Štvorboj rozhodovalo rozhodcovsko-trénerské osadenstvo Mgr. Milan Kováč a Bc. Milan Kováč pod vedením Mgr. Zuzany Svrčkovej a zápis zabezpečil Bc. Pavol Svrček.

	Roč.	Tel. hm.	Hod medicinbalom			Tel. hm.	Trojskok z miesta do diaľky		
			1 kg	2 kg	3 kg		1 kg	2 kg	3 kg
Oleg Nagy	2006	21,7	36	36	45	21,7	41	42	42
Laura Svrčková		32,7	64	60	63	32,7	40	n	42
Andrej Bartoš	2005	24,4	49	45	47	24,4	49	49	50
Kristián Prekop		25,8	53	55	40	25,8	43	43	43
Dominika Dobiášová	2004	44	45	37	37	44	35	37	n
Matúš Linhart	2003	35	45	38	41	35	51	51	50

Mládež žije športom

pokračovanie – Školská liga

Novinkou tejto súťaže bolo, že tie deti, ktoré mali dobre zvládnutú techniku, si už mohli trúfnuť na 10 kg žrdku. Do výsledného súčtu detského štvorboja sa však započítali iba body za techniku, takže výhodu v hodnotení mohli skôr stratiť ako získať, keďže aj na žrdke bolo potrebné dosiahnuť plný počet bodov za správne prevedenie každého pokusu. Zhodný počet technických bodov ako predtým s detskou činkou získali Laura Svrčková a Andrej Bartoš (roč. 2005) v trhu aj nadhode, zo starších ročníkov Matúš Linhart v nadhode a Dominika Dobiášová a Kristián Prekop skvelými záverečnými pokusmi, rovnako v nadhode. Oleg Nagy mal lepšie hodnotenie v trhu. „Ako ceny dostali Kindervajíčka, nie za šíbanie, ale za vzpieranie ! Zostáva veriť, že 7. kolo už bude aj za účasti Nového Mesta n/V.“ uzatvoril tréner. *V tabuľkách výsledky v atletických disciplínach*

V neposlednom rade je cvičenie vonku výhodné aj z dôvodu šetrenia energií v hale. Ak v hale rozsvietime každú piatu žiarovku v osvetlení, môže sa stať, že šetríme na nesprávnom mieste. U športovcov sa nám v prítomí, a mnohokrát bez správneho odvetrávania, začnú produkovať látky navodzajúce spavú náladu, ktorá požiadavke fyzickej aktivity minimálne ak neprospieva, navyše cvičenec je náchylnejší na zranenia. Nevhodnými svetelnými podmienkami sa oberáme aj o možnosť získania kvalitného kamerového či fotografického materiálu z tréningu a „tichý krúžok“ si ďalších priaznivcov hľadá ťažšie. Zabaľte to a choďte na dvor. Žiarovky vypnete úplne, príjemný chlad deti povzbudí do fyzickej aktivity, jarný vzduch a spev



vtákov oživí a vonkajší ruch navodí atmosféru športovej hry. Pri pravidelných tréningoch získajú deti lepšiu odolnosť, takže okrem ekonomickej i ekologickej úspory sa vám podarí postupne zlikvidovať neslávne známy fenomén „chrípkových prázdnin“.

Telocvik bol „open-air“ už pred 150 rokmi



Nemyslite si, cvičenie vonku na školskom dvore nie je v histórii športovania až takou novinkou. Múzeum školstva a pedagogiky v Bratislave v súčasnosti prezentuje výstavu o prvej slovenskej strednej škole v Revúcej. Samotné gymnázium, ako obnovená národná kultúrna pamiatka, dnes prostredníctvom stálej expozície slúži pre muzeálne účely. Revúcke gymnázium, ktoré bolo otvorené ešte pred vznikom Matice slovenskej, si pripomenulo 150. výročie svojho založenia. Je známe aj väčším počtom profesorov a študentov - významných slovenských dejateľov, ktorí neskôr za svoj celonárodný prínos prepožičali svoje mená uliciam v našich mestách a obciach.

Na bratislavskej výstave sa dozvieme, v akých podmienkach žila a študovala mládež pred 150 rokmi, s osobitným dôrazom na spôsob výuky telesnej výchovy, ktorá sa v tej dobe vyučovala ako jednej z mála škôl na území vtedajšieho Uhorska práve v Revúcej. Žiadna prístavba telocvične, ktorá by zápasila s faktúrami za osvetlenie ba či nebudaj vykurovanie. Popísané cvičebné prvky, na prvý pohľad gymnastického charakteru, sa vykonávali na náradí vo vonkajšom priestore školy na čerstvom vzduchu, ku cvičeniam bola vydaná aj prvá učebnica telocviku. Kvalitné sprievodné slovo ku výstave ilustrujú veľkorozmerné ukážky a popisy, dobové školské predmety, či podrobná maketa budovy školy, pre školy sú určené aj vzdelávacie programy. Či už máte bližšie na bratislavskú výstavu, alebo priamo do múzea v Revúcej, obohaťte sa o znalosti z histórie vyučovania telocviku na Slovensku.

foto msap.sk (uprav.)

Naše telocvične, haly, či posilňovne nám slúžia predovšetkým na to, aby sme mohli cvičiť, trénovať, súťažiť keď je vonku počasie mrhavé, tak prečo v každom počasí ?

Na Slovensku by sa mohli konať zimné olympijské hry

Už je to tu ! Usporiadanie olympijských hier by snád' bolo „priveľké sústo“ pre malú krajinu, ako je tá naša, ale objavili sa správy, že by sme mohli kandidovať spoločne so susednou krajinou. Hovorilo sa aj o spojení Bratislavy a Viedne pre OH v roku 2028, ako dvoch hlavných miest, ležiacich rekordne blízko seba. Perspektívnejšia sa však ukazuje prípadná kandidatúra s naším poľským susedom na zimné OH v roku 2022. Uskutočnili sa rokovania zainteresovaných subjektov a projekt vyzerá sľubne.

Ako je na Slovensku zvykom, ešte prv, ako sme sa mohli začať tešiť, sa preventívne zdvihla vlna odporu skeptikov, kritikov, neprajníkov a odporcov akéhokoľvek rozvoja a neuveriteľne pohotovo rozpútala mediálnu búrku, predostrúc slovenskej verejnosti hrôzostrašný výpočet nákladov, ktoré sa premietnu v úbytku v peňaženke bežného občana. Táto neoficiálna predikcia ďalšieho škrtenia nie príliš korešponduje s faktom, že práve krajiny, ktoré potrebujú celospoločenské oživenie, upriamujú svoju pozornosť na olympijskú kandidatúru s nádejou, že uspejú..

Situácia u nás je pochopiteľná, opatrnosť bežného občana sa za predchádzajúce obdobia zvýšila, aj dôvera v návratnosť väčších investícií bola značne podlomená, a to poskytuje výživnú pôdu pre neprajníkov zasievajúcich pochybnosti a šíriacich obavy. Každodennou starosťou o zabezpečovanie už tých základných potrieb utrpela informovanosť, bežný slovenský občan získal „klapky na oči“ voči daniu v iných krajinách, i voči konkrétnym mechanizmom vedúcim aspoň k výstupu na životnú úroveň pred krízy, čo má rovnako vplyv na jeho rozhodovanie.

Slovensko, naša krajina, plná úžasných ľudí, s vysokým potenciálom, potrebuje vytvoriť príležitosti,

aj na zabezpečenie zodpovedajúcej kvality života a prežívania atmosféry príprav veľkého športového sviatku. Preto nežičlivé predpovede skeptikov by mohla „jednoducho zotrieť“ štúdia o benefite projektu pre bežného občana, či už býva v Tatrách alebo v inom regióne. Predstavenie olympijských hier slovenskému občanovi by vo „verzii pre dospelých“ kráčalo ruka-v-ruke s propagáciou našej krajiny prostredníctvom olympijských hier. Veď Slovensko bolo v minulosti hrdým usporiadateľom multišportových študentských hier, okrem toho býva usporiadateľom svetových a kontinentálnych šampionátov v jednotlivých športoch.

Už po oznámení poľsko-slovenskej kandidatúry sa na obrazovkách, monitoroch a navigačných zariadeniach účastníkov olympiády z celého sveta objaví „Slovakia“, krajina s menším počtom obyvateľov ako mávajú veľké mestá. Celoslovenská kampaň, akú dokázal nás olympijský výbor zorganizovať na podporu našich letných olympionikov vlani pred odchodom do Londýna bola obdivuhodná a strhujúca, mohli by sme fanúšikovať našim zimným športovcom na olympijskú prípravu na podujatie priamo na domácej pôde. Okrem športu prejavujú cudzinci najväčší záujem o miestne osobitosti a tradície krajiny, do ktorej sa chystajú pricestovať, na takúto udalosť sa treba vopred dobre pripraviť. Internetovým svetom prebehnú a komentármi budú okorenené státisíce fotografií všetkého, čo účastníkov podujatia u nás zaujme. Na miesto, kde sa domáci aj hostia cítia dobre, sa aj súkromne radi vrátia. Získanie usporiadania podujatia, o ktoré sa uchádzajú mestá z rôznych kontinentov, skutočne nie je údelom, ale úžasnou príležitosťou.

Vzpierači našartovali sezónu
Mládež žije športom 2 /2013



a2c 2013 podľa: klubové info, web, iné
Fotografie: archív VK KOFI, web, iné
Publikácia neprešla jazykovou korektúrou.
Počet strán : 24
Pripomienky : na vkkofo@gmail.com
alebo v diskusii na www.vkkofo.wbl.sk

Trenčianske dievčatá v dobrej forme na začiatku sezóny



Vzpieračské kluby vysielajú svojich zástupcov 23. marca na výročnú schôdzu a voľby zväzu na východ do Košíc. Delegácia VK KOFI Trenčín sa zasadnutia zúčastnila v obmedzenom počte. Dnes totiž v susednej krajine štartuje nový ročník ligy žien a junioriek, takže zhoda termínov veľmi neladila. Pretek si trenčianske družstvo nemôže nechať ujsť, pre dievčatá je to predsa jedna z mála príležitostí, o akej už ani na Slovensku nechcú. V Plzni sa na pódiu predviedlo družstvo KOFI pod vedením trénerky Mgr. Zuzany Svrčkovej, ktorá popri tom štartovala v tíme Ostravy. Zuzanine body by sa síce pre porovnanie Trenčína zišli, ale žiadna kolízia tu nenastala, keďže slovenský tím štartuje v Českej republike opäť mimo súťaž.

1. kolo	Roč.	Tel. hm.	Trh	Nahod	Dvojboj	Body
HORNÁ Lenka	1985	59,50	62 65 68n	80 83n 83n	145	200,4
SRNÁKOVÁ Dominika	1987	66,90	37 40 43n	46 50 53	93	118,9
HORNÁ Ivana	1990	61,40	32 35 37	40 45 48n	82	110,9
SVRČKOVÁ Zuzana	1980	103,10	72 75 78	92 95 100n	173	182,0

pokračovanie – Trenčianske dievčatá v Plzni



Naše dievčatá zaznamenali pekné výsledky vzhľadom na to, že rok sa ešte len rozbieha. Nováčikom v družstve je **Ivana Horná**. „**Lenka mala formu 67 a 82,**“ uvádza zúčastnených do deja tréner Mgr. Milan Kováč deň pred štartom, na súťaži išla priamo na 68 a 83 kg, čo bolo asi príliš zhurta. Bratislavskej študentke **Dominike** sa nepošťastil záverečný pokus v trhu, zato skvelú úroveň si drží v nadhode. **Zuzana** zabezpečila pre Ostravu 182 bodov, v dvojboji so súčtom iba 10 kg pod výkon z vlaňajšej Antálie.



Čriepkové infošky zo vzpieračských súťaží

Čalovskí masters štartovali v Havířove

Po viacročných úspechoch sa družstvo veteránov z Veľkého Medera opäť zapája do ligovej súťaže masters v susednej Českej republike. Úvodné kolo sa uskutočnilo 9. marca v Havířove za účasti siedmich tímov. Čalovčania sa v zložení T. Mezei, R. Lenárt, F. Szabó a J. Megaly umiestnili na 2. priečke, pričom T. Mezei zaznamenal druhý najvyšší výsledok súťaže 364,7 SMM b.

Mládež žije športom

Šibačka a vzpieranie na lyžiach



Veľkonočné sviatky sa u nás spájajú s kresťanskými tradíciami, ale aj s oslavami príchodu jari, čomu napovedá symbolika, ktorá je s Veľkou nocou spätá, bez ohľadu na to, či dodržiavate pôstne zvyky a pripomínate si širší význam súvisiacich udalostí. Veľkonočné obdobie vnáša špecifickú atmosféru do rodín a krúžkov, ktoré sa venujú zdobeniu kraslíc a príprave tradičných dobrôt, zavítame aj na trhy, ktoré ponúkajú všakovaké maľované vajíčka, výšivky s kuriatkami, prútené korbáče, košíky, pečené sladké barančeky a koláčiky, čokoládové zajačiky, bahniatka a jarné motívy v akejkoľvek podobe a na akomkoľvek materiáli, prevažne zo súdka umeleckých remesiel.

Mestá sa vyludnia, študenti i obyvatelia odcestujú na sviatky na vidiek, ku rodičom, či na chaty. V pondelok potom rodiny spred telky vytiahne neodmysliteľná šibačka, navštevovanie sa a výlety do prebúdajúcej sa prírody, deti dostávajú sladké nádielky a dospelí strávia úžasné chvíle v kruhu svojich príbuzných a známych.

Tohtoročné počasie nás vytrvalými návratmi snehových spŕšok predsa len trošku zaskočilo. Nestalo sa, že by sme jar vítali „na snehu“. V Trenčíne si poradili aj s takouto situáciou. A že činky je možné zdvíhať aj na lyžiach, nás presvedčili na fotkách aj dievčatá zo školského krúžku. Synchronizované vzpieranie na lyžiach však zaradíme najskôr o dva roky :) Mladšie osadenstvo si na túto kombináciu netrúfalo, keďže sa lyžovaniu ešte iba priučalo. Klzký povrch a snaha udržať rovnováhu sa postarali aj o pády, ale kde je dobrá nálada, tam sa pády nepočítajú. Zábava pokračovala na lyžiach. Veľkonočný sneh si treba užiť, lebo keď sa vonku oteplí, tak si lyžovanie za domom až do zimy neužijeme.



*Inak to ani dopadnúť nemohlo !
Názorná ukážka narušenia rovnováhy pri pokuse
o splnenie úlohy vo vratkých podmienkach, čas
hrdinského odolávania nie je uvedený :)*



*Dôležité je zaujať správny postoj, pri
činke – i na lyžiach. Najmladšia
adeptka má už vyskúšané oboje.
Pokračovanie aj so šibačkou o rok – vid' obrázok
vyššie.*



*Trenčianske veľkonočné družstvo lyžujúcich
vzpieračiek je nastúpené. V pozadí trénerka
Zuzana s „varovným
korbáčom“ :)*



*Korbáč aj činka „Oddych“ ! Keď sa vonku oteplí, tak si lyžovanie na Kubrici
tak skoro neužijeme*

