

## Zápis z jednání KVS - listopad 2015

Přítomni: Musil, Bobek

Telefonicky: Hrubý

### 1. Sestavení RD na sezónu 2016

KVS navrhuje VV ČSJ odklad termínu jmenování členů na RD pro sezónu 2016 na prosincové zasedání VV z důvodu konání MS tří členů RD na konci listopadu.

### 2. Úprava tabulky ohodnocení za výsledky na MS, ME, MSJ, MEJ

KVS předkládá VV ČSJ upravený návrh tabulky ohodnocení za výsledky na MS, ME, MSJ, MEJ. Nový návrh přesněji vymezuje, kterých lodních tříd se tabulka týká, a zohledňuje i dosažené umístění za 16. místem na MS respektive 8. místem na ME. Návrh zahrnuje diferencovanou výši odměn pro všechny třídy s juniorskou kategorií. Dále je specifikováno, že se odměny vyplácejí z rozpočtové rezervy ČSJ.

### 3. Setkání členů RD

KVS plánuje na začátek prosince setkání s členy RD. Přesný termín a místo bude výsledkem maximální shody účastníků. V tento moment se zdá, že se bude jednat o dva pracovní dny v prvním nebo druhém prosincovém týdnu v Brně.

### 4. Spolupráce s kondičním trenérem

Kondiční trenér Tomáš Klíma podal zprávu o činnosti členů RD za říjen. Zpráva je přílohou tohoto zápisu.

### 5. Meteo stanice pro trenéry

KVS se průběžně zabývá možností dovybavit motorové čluny trenérů RD meteo přístroji, především pro měření větru, případně proudů. Na základě konzultací s Romanem Teplým a Jakubem Kozelským se jako nejvhodnější kandidáti jeví výrobky společnosti OceanDrivers Easywind a Easycurrents ([www.oceandrivers.com/products/](http://www.oceandrivers.com/products/)). Umožní-li to finanční situace svazu, KVS by ráda zajistila pořízení přístrojů ještě v letošním roce.

### 6. Podpora a kontakty pro Rio

Z několika oslovených se jako nejvhodnější místní kontakt jeví Andre Mirsky. KVS Andreho požádala o pomoc při opravě porouchaného motoru na svazovém člunu. Zatím se jej servisní společnosti nepovedlo ani převézt z mariny do svého sídla. KVS věří, že s Andreho pomocí se dají věci do pohybu. Andre je vynikající místní jachtař, který by měl být našemu týmu prospěšný i svými místními jachtařskými znalostmi.

### 7. Výsledky členů RD a dalších závodníků reprezentující ČR

Karel Lavický se v Ománu účastnil MS RS:X, které bylo druhou kvalifikační možností na OH pro tuto třídu. Podle jeho slov se nedařilo vůbec nic a ani povětrnostní podmínky mu nepřály – chyběla mu rychlost. Karel se neprobojoval do zlaté skupiny, kde se nakonec obsazovalo 6 kvalifikačních míst na OH. Nakonec skončil na 75. místě, přičemž se před ním umístilo dalších 5 dosud nekvalifikovaných evropských národů (UKR, BLR, SWE, CRO, TUR). Nejen s nimi se

utká o 2 zbývající kvalifikační místa dostupná pro evropské národy na konci března na Mallorce.



Zapsal: T. Musil

## Zpráva o kondičním tréninku závodníků reprezentačního družstva ČSJ – říjen 2015



### **Viktor Teplý – třída Laser Standard**

Zdravotní omezení: žádné

Komunikace s trenérem: proběhl 2x osobní meeting v Brně. Dále jsme průběžně ve spojení. Před odjezdem na NZL jsme doladili zaměření přípravy.

Plán v listopadu: celý měsíc Viktor stráví v Takapuně u Auklandu, kde se bude připravovat s ostatními zahraničními závodníky Laser. Z kondiční stránky bude do sebe vstřebávat hlavně objem, vytrvalou sílu a základ pro další již intenzivnější období.

### **Ondřej Teplý – třída Finn**

Zdravotní omezení: žádné

Komunikace s trenérem: platí to stejné co u Viktora. Dále z mého pohledu. Rozpoložení závodníka bylo výborné, sportovní forma narůstala.

Plán v listopadu: Před MS dospělých trénuje v Takapuně a vyladuje po kondiční i jachtingové stránce s tréninkovým partnerem Angličanem Kaynarem a Romanem formu k vrcholu sezóny. Cíl je nesmělý, vyjet nominaci na OH.

### **Štěpán Novotný – třída Laser Standard**

Zdravotní omezení: začátkem měsíce doznávaly problémy se zažíváním a příjmem potravy. Vysadil na týden z tréninku. Specializované vyšetření neukázalo žádné poškození, jen zvýšenou aktivitu žaludečních šťáv. Doporučena dávkovaná strava v menších objemech.

Komunikace s trenérem: pravidelně ve spojení. Závada na sportesteru Polar. Zajištěn servis v Praze.

Plán v listopadu: hlavním úkolem je v první polovině měsíce získat data pro stanovení energetické bilance, která se bude posléze řešit s výživovým specialistou. Z kondiční přípravy je důraz na objemovo i posilovnu a hypertrofii (4x týdně) a 3 kondiční jednotky intenzivního charakteru smíšené aerobně-anaerobní oblasti a obecné síly.

### **Karel Lavický – třída RS:X**

Zdravotní omezení: žádné

Komunikace s trenérem: v důsledku narození dcery komunikace omezenější. Výsledek MS je výrazně nepovedený. Dle slov Karla nešlo nic, zejména z jachtingové stránky.

Plán listopad: Po návratu z MS v Ománu naordinován 14 denní odpočinek. Od konce listopadu se Karel vydá do Cádiz, kde si našel trenéra a začne s přípravou k poslední jarní možnosti nominace na OH.

### **Veronika Kozelská-Fenclová – Laser Radial**

Zdravotní omezení: žádné

Komunikace s trenérem: pomocí Polar Flow a emailu s J. Kozelským. Dal jsem určitá doporučení na co se ještě nad plán od T. Zumra zaměřit a čeho se vyvarovat. Podle mě chybělo v cykličnosti dostatek odpočinku. Příliš kumulativních dní zátěže za sebou. To pak neumožní organismu se umět "vyšpičkovat" k okamžitému výkonu.

Plán listopad: MS Radial v Ománu. Cílem je vyzkoušet, jak bude fungovat zintenzivněná kondiční příprava, o které jsme s Jakubem diskutovali na Nových Mlýnech. Zda-li v ní bude Veronika pokračovat pro OH v Riu nebo se vrátí spíše k osvědčené standardní jistotě.



### **Johana Kořánová – 29er/49er FX**

Zdravotní omezení: 14 denní výpadek v důsledku infekčního onemocnění – opakovaný stav.

Komunikace s trenérem: bezproblémová, osobní návštěva v Brně.

Plán listopad: Johana se chce dále pode mnou kondičně připravovat. Otázkou je, zda-li zůstane v RD na příští rok (přechází na Fireball) a je s ní systémová spolupráce dále možná?

### **Nikol Staňková – 29er/49er FX**

Komunikace: nulová

### **Markéta Audyová – třída Laser Radial**

Komunikace: nulová

V Brně dne 10. 11. 2015

Tomáš Klíma  
**Kondiční trenér reprezentace ČSJV**