



Markéta <b>AUDYOVÁ</b>	RD (LaR)	Trénink Split	Tm			21	<b>18</b>	bez trenéra	Zm	0	0	21/18	33,5 hod.	ano	
									Zj	0	0				
									Tm	21	<b>18</b>				
									Tj	0	0				
											21/18				
Štěpán <b>NOVOTNÝ</b>	RDJ (Las)	HOP Regata*	Zj	1 /10	10,0%	0	<b>1</b>	bez trenera	Zm	0	0	0/1	17 hod.	ano	
									Zj	0	<b>1</b>				
									Tm	0	0				
									Tj	0	0				
											0/0				
Lukáš <b>CEJNAR</b>	RDJ (49er)								Zm	0	0	0/0	16 hod.	ano	Zranění pravé ruky
									Zj	0	0				
									Tm	0	0				
									Tj	0	0				
											0/0				
Matyáš <b>CEJNAR</b>	RDJ (49er)								Zm	0	0	0/0	20 hod.	ano	
									Zj	0	0				
									Tm	0	0				
									Tj	0	0				
											0/0				

Pozn. 1: Uskutečněné závody a tréninky, které nebyly zařazeny do plánu jsou označeny \*

Pozn. 2: Zm/Tm = závod/trénink na moři (vč. Gardy a IJsselmeer); Zj/Tj = závod/trénink na jezeře

Pozn. 3: Do dnů tréninku jsou započítávány i dny, kdy byla posádka na akci a nebylo možné trénovat z povětrnostních důvodů (příliš silný nebo žádný vítr)

Pozn. 4: NA = nesespecifická aktivita (aktivace, strečing, rozcvička, apod.)

Pozn. 5: V tabulce kontroly nejsou uváděny dny na vodě v jiné lodní třídě než jakou závodník reprezentuje

## KONTROLA ROČNÍHO PLÁNU ČLENŮ SCM - KVĚTEN 2014

Jméno závodníka	Zařazení (LT)	Akce	Typ	Umístění	počet lodí	%	Plán	Splněno	Jméno trenéra	Zpráva trenéra	Dny na vodě celkem				Fyz. příprava	Zpráva/deník	Pozn.
							(dny)	(dny)			typ	plán	spln.	Σ plán			
David BEZDĚK	SCM (L4,7)	Pálavská reg. (LaR)	Zj	5	/22	22,7%	3	3	M. Bezděk	ne	Zm	0	0	15/15	23 hod.	ano	Fyzická příprava probíhá dle ročního plánu a dle pokynů trenéra v rozsahu cca 45min za den.
		Pavlovská reg.	Zj	4	/15	26,7%	2	2	bez trenéra		Zj	8	8				
		Trénink Garda	Tm				7	7	Tamas Eszes		Tm	7	7				
		VC Dyje II	Zj	2	/18	11,1%	3	3	M. Bezděk	ne	Tj	0	0				
Jakub HALOUZKA	SCM (L4,7)	Pálavská reg. (LaR)	Zj	1	/22	4,5%	3	3			Zm	0	0	13/14	10,5 hod.	ano	
		Trénink NM	Tj				2	2	Halouzka, Pospíšil	ano	Zj	7	8				
		Pavlovská reg.	Zj	1	/15	6,7%	2	2			Tm	4	4				
		Garda	Tm				4	4	Tamas Eszes		Tj	2	2				
		VC Dyje II	Zj	4	/23	17,4%	2	3									
Jiří HALOUZKA	SCM (Las)	Pálavská reg.	Zj	11	/21	52,4%	3	3			Zm	0	0	13/14	11 hod.	ano	
		Trénink NM	Tj				2	2	Halouzka, Pospíšil	ano	Zj	7	8				
		Pavlovská reg.	Zj	8	/10	80,0%	2	2			Tm	4	4				
		Garda	Tm				4	4	Tamas Eszes		Tj	2	2				
		VC Dyje II (LaR)	Zj	9	/23	39,1%	2	3									
Martina BEZDĚKOVÁ	SCM (LaR)	Pálavská reg.	Zj	2	/22	9,1%	3	3	M. Bezděk	ne	Zm	0	0	13/13	23 hod.	ano	Fyzická příprava probíhá dle ročního plánu a dle pokynů trenéra v rozsahu cca 45min za den.
		Trénink Garda	Tm				7	7	Tamas Eszes		Zj	6	6				
		VC Dyje II	Zj	7	23	30,4%	3	3	M. Bezděk	ne	Tm	7	7				
											Tj	0	0				

Pozn. 1: Uspokojivé závody a tréninky, které nebyly zařazeny do plánu jsou označeny \*

Pozn. 2: Zm/Tm = závod/trénink na moři (vč. Gardy a IJsselmeer); Zj/Tj = závod/trénink na jezeře

Pozn. 3: Do dnů tréninku jsou započítávány i dny, kdy byla posádka na akci a nebylo možné trénovat z povětrnostních důvodů (příliš silný nebo žádný vítr)