



## Pravidelná měsíční zpráva za listopad 2022

### Sportovní centrum mládeže

Lodní třída: ILCA 4

Trenér: Johana Rozlivková

Datum: 30.11.2022

### Kondiční testy SCM ILCA 12.-13.11.2022

O víkendu 12.-13.11. proběhly kondiční testy všech členů týmu SCM ILCA 4 za přítomnosti obou trenérů SCM. V sobotu se testy konaly v Brně pod vedením mě a Štěpána. Nedělní testy v Praze vedla Johanka Nápravníková Kořanová. Testování se zúčastnili téměř všichni závodníci SCM ILCA 4: Michal Rais, Linda Dokoupilová, Ondřej Klíma, Michaela Blatecká, Adam Povolný, Zuzana Tlapáková, Jan Valenta, Jan Bělík, Jan Záhornacký, Jeremiáš Přikryl, Helena Hýžová, Pavlína Motlíková, Jan Kříž, Tatiana Bělunková. Testů se neúčastnila ze zdravotních důvodů Kristýna Flosmanová a Adéla Rabasová, která byla tou dobou na dlouhodobé cestě v zahraničí. Na kondiční část navazovala organizační schůze se všemi závodníky a jejich rodiči, kde došlo k představení plánu sezóny a probrání dalších náležitostí vztahující se k členství v SCM. Po společné informační schůzi proběhly individuální pohovory s jednotlivými závodníky a jejich rodiči. Na základě schůze došlo k upravení plánu sezóny.