

České Budějovice 10/10 2023

Zpravodaj SCM 4/2023

Ahoj atletky a atleti, Vážené trenérky a trenéři,

Konec atletické sezóny 2023 je přede dveřmi. Přestože nám zbývají poslední dva mistrovské závody

25.11.2023	MČR v přespolním běhu mužů, žen, juniorů a juniorek	Dříteč
10.12.2023	ME v přespolním běhu	Brusel

tak můžeme začít hodnotit. **V roce 2023 atleti z Jihu Čech přivezli z MČR celkem 38 medailí (zlato 15x, stříbro 8x, bronz 15x) a 56 finálových umístění.** Velkou zásluhu na tomto počtu jste měli vy, atleti zařazení do systému SCM. Za tyto skvělé úspěchy si zasloužíte velkou gratulaci.

Na mezinárodní úrovni reprezentovalo Českou republiku 10 atletů. Z atletů SCM Adéla Holubová, Antonín Kinšt, Žaneta Pivcová, Petr Svoboda, Adéla Štefanová a Filip Toul. Největšího úspěchu z této šestice dosáhla Adéla Holubová, která vyhrála v běhu na 800 m EYOF a na juniorském ME skončila na 7.místě. Petr Svoboda byl na ME juniorů v desetiboji dvanáctý a Filip Toul na EYOF sedmý na 1500 m.



Generální partner
Českého atletického svazu



Oficiální partneři Českého atletického svazu





Nejlepší výsledek z Jihočechů přivezla Lurdes Gloria Manuel, která vyhrála ME juniorů na 400 m a ve štafetě 4x400 m přidala ještě bronzovou medaili. Tábořská atletka ale již od minulé sezony není členkou SCM, nyní je podporována VICTORIA Vysokoškolským sportovním centrem MŠMT.

Generální partner
Českého atletického svazu



Oficiální partneři Českého atletického svazu



Pro rok 2024 splnilo kritéria pro zařazení do SCM v Jihočeském kraji 15 atletů a atletek.

Albrechtová Ema	2007	T. J. Sokol České Budějovice	Couf Jiří	300m př.	44.10
Běhounová Michaela	2007	TJ VS Tábor	Hrubý Marek	100m př.	14.54
Čoka Tomáš	2008	TJ SK Ččcova České Budějovice	Váňa Pavel ?	800m	1:59.54
Dušek Martin	2007	TJ VS Tábor	Hrubý Marek	200m	22.54
Holubová Adéla	2007	T. J. Sokol České Budějovice	Bahenský Petr	800m	2:04.97
Chmátalová Lucie	2007	TJ VS Tábor	Hrubý Marek	100m př.	14.59
Ježková Lucie	2008	T. J. Sokol České Budějovice	Couf Jiří	oštěp	43.48
Kinšt Antonín	2006	TJ Nová Včelnice	Strnad Marek	3000m	8:57.01
Konfrštová Klára	2006	Atletika Písek, z.s.	Svoboda Erik	400m	57.01
Pivcová Žaneta	2005	SKOK J.Hradec, z.s.	Pivec Vlastislav	koule	13.06
Rada Michal	2007	T. J. Sokol České Budějovice	Couf Jiří	300m př.	36.18
Radová Nina	2007	T. J. Sokol České Budějovice	Couf Jiří	300m př.	41.82
Štefanová Adéla	2007	T. J. Sokol České Budějovice	Bahenský Petr	3000m	9:53.81
Štika Vojtěch	2005	T. J. Sokol České Budějovice	Couf Jiří	400m př.	54.17
Toul Filip	2007	SK Čtyři Dvory České Budějovice	Suchý Pavel	3000m	8:46.83

I Run Clean

Absolvování tohoto programu (získání certifikátu a kódu) je povinné pro všechny závodníky zařazené do SCM. Bez kódu, který obsahuje získaný certifikát nelze závodníka přihlásit na mezinárodní soutěže, i když bude mít splněný výkonnostní požadavek. Proto je nutné tento program absolvovat.

Odkazy:

<http://www.atletika.cz/cas-informuje/antidopingovy-program-eaa-povinny-postupne-pro-vse/>

<https://www.irunclean.org/>

Lékařská sportovní prohlídka

Každý atletu musí mít platnou lékařskou sportovní prohlídku (vystavuje se na jeden rok). Tato povinnost platí samozřejmě i pro členy SCM.

Elektronický tréninkový deník

Český atletický svaz vyvinul pro evidenci obecných a speciálních tréninkových ukazatelů elektronický tréninkový deník. Podrobnější informace naleznete na tomto odkazu:

<https://www.atletika.cz/aktuality/cas-spousti-elektronicky-treninkovy-denik/>

Krajský testovací sraz

Krajský testovací sraz SCM Jihočeský kraj proběhne v termínu 9.-10.11.2023 v Táboře. Absolvování testování je důležité pro zařazení do SCM. V případě absence na tomto srazu je nutné testy absolvovat v náhradním termínu v jiném kraji.

Generální partner
Českého atletického svazu



Oficiální partneři Českého atletického svazu



Program testovacího srazu:**Čtvrtek 9/11 2023**

10:00	Sraz účastníků a zahájení
10:30	Rozcvičení
11:00	50 m PVS, vertikální výskok, Drop jump
12:30	Oběd
13:30	Přednáška
15:00	Rozcvičení
15:30	Koule vzad, autový hod, trojskok, desetiskok
17:00	Beseda s atletem
18:30	Večeře
19:30	Vyhodnocení prozatímních výsledků, komentář k technice
21:00	Ubytování
22:00	Večerka

Pátek 10/11 2023

8:00	Snídaně
9:30	Rozcvičení
10:00	Gymnastika
11:00	Skok daleký z místa, Beep test/12minutový běh
12:30	Oběd
13:30	Atletický kvíz
14:00	Společný trénink - rytmická cvičení přes kužely
15:00	Ukončení TS

Přeji úspěšné zvládnutí zahájení přípravy na sezónu 2024 a těším se až se potkáme v Táboře na krajském testovacím srazu.

Mgr. Tomáš Najbrt

Vedoucí trenér krajského SCM Jihočeský kraj

Mobil: +420 602 543 263

E-mail: tnajbrt@atletika.czwww.atletika.czwww.scmjihoceskykraj.cz**ČESKÝ ATLETICKÝ SVAZ**

Císařská 480, 252 19 Drahelčice

Generální partner
Českého atletického svazu

Oficiální partneři Českého atletického svazu

