

Plán prípravy Výberu SR dospelých, juniorov v orientačnej cyklistike pre rok 2020

Realizačný tím

Katarína Papugová

Pretekári

- Dospelí:

Muži: Matej Müller, Štefan Šurgan

Ženy: Natália Tyszová, Stanislava Ančicová

- Juniori:

Matúš Oravec

- Sledovaní:

Ostatní, ktorí sa aktívne zúčastia sustredení a sledovaných pretekov v jarnej časti roka 2020

Hlavné medzinárodné preteky v MTBO v roku 2020

11.-16.5.2020 – Majstrovstvá Európy v MTBO, Portugalsko

17.-23.8.2020 - Majstrovstvá sveta v MTBO, Česká republika

10.-12.9.2020 – Svetový pohár, Fínsko

Príprava

| | |
|-----------------|---|
| jeseň/zima | individuálna príprava ak to podmienky dovoľia odporúča sa zimné sústredenie na bežkách |
| február - apríl | vhodná príprava v teple na najazdenie objemov |
| Apríl | vhodné využiť na mapové sústredenie resp. mapové tréningy v okolí, podľa možností |
| 2.-5.7. | finálne mapové sústredenie – 4-dňove MTBO preteky, Svatouch |
| 17.-23.8 | Majstrovstvá sveta v MTBO, Česká republika |
| 10.-12.9. | Svetový pohár v MTBO, Fínsko |
| Jeseň | turistika, zhodnotenie sezóny |

Odporúčané /sledované preteky

- Kalendáre jednotlivých pretekov Českého, Maďarského a Rakúskeho pohára ešte neboli zverejnené. Kalendár sledovaných pretekov bude doplnený po ich zverejnení.

Podmienky reprezentácie

- povinná športová lekárska prehliadka na začiatku sezóny
- nominácia na MS sa uzavrie koncom mája na základe dosiahnutých výsledkov v MTBO pretekoch Českého pohára (prihliadať sa bude aj na výsledky z Maďarského a Rakúskeho MTBO pohára) a aktuálnej formy

11.11.2019

za sekciu OC
Katarína Papugová