

Správa o činnosti CTM pri ATU Košice v roku 2018

CTM pri ATU Košice malo v roku 2018 nasledovné zloženie:

1.	Jakub Karol Janšo	2006	M12	TKE	Karol Janšo
2.	Adam Roháč	2006	M12	TKE	Zdenko Roháč
3.	Tomáš Porubčan	2005	M14	KYS	Jana Slámová
4.	Maroš Dudra	2006	M12	KYS	Jana Slámová
5.	Richard Sláma	2003	M16	TKE	Jozef Pollák
6.	Lukáš Novota	2003	M16	TKE	Mikuláš Novota
7.	Martin Roháč	2003	M16	TKE	Zdenko Roháč
8.	Michal Kurák	2001	M18	TKE	Milan Kurák
9.	Dušan Sláma	1998	M20	TKE	Jozef Pollák
10.	Stanislav Franko	1998	M20	KYS	Valér Franko
11.	Šimon Dudra	1998	M20	KYS	Valér Franko
12.	Simona Mihaličová	2005	W14	TKE	Jozef Pollák
13.	Miroslava Velgosová	2003	W16	TKE	Jozef Pollák
14.	Ľuboslava Weissová	2002	W16	TKE	Jozef Pollák
15.	Sandra Ivanková	2002	W16	TKE	Jozef Pollák
16.	Michaela Velgosová	2001	W18	TKE	Jozef Pollák
17.	Viktória Roháčová	2000	W18	TKE	Zdenko Roháč
18.	Antónia Šofranková	1997	W21	TKE	Jozef Pollák
19.	Andrea Papugová	1997	W21	TKE	František Papuga
20.	Martin Šmelík	1996	M21	TKE	Ján Šmelík

Martin Šmelík sa pre študijné povinnosti v zahraničí nezúčastňoval tréningového procesu a celú pretekársku sezónu vynechal.

Trénerské zabezpečenie a realizačný tím CTM tvorili osobní tréneri pretekárov:

Jozef Pollák – zároveň vedúci tréner CTM, ďalej Jana Slámová, Mikuláš Novota, Zdenko Roháč, Valér Franko, Milan Kurák, Karol Janšo

Príprava zaradených pretekárov prebiehala počas roka prevažne v podmienkach materských klubov. Za účelom zvýšenia kvality tréningového procesu bolo do programu CTM zaradené niekoľko sústredení. V rámci zimnej objemovej prípravy to bolo kondičné sústredenie začiatkom februára na Štrbskom Plese, v jarnom období mapové sústredenie v polovici marca v terénoch širšieho okolia Košíc ako aj v Slovenskom krase.

Za účelom preverenia bežeckej pripravenosti absolvovali členovia CTM v jarnom období(máj) a v jesennom období (október) bežecké testy na dráhe.

Prístup k tréningovému procesu bol u členov CTM rozdielny. Tí, ktorí k tréningu pristupovali svedomitejšie dosiahli prirodzene výraznejší nárast výkonnosti.

U mladších pretekárov je potrebná trpezlivosť pri vytváraní návyku na pravidelný tréning.

Členovia CTM si úspešne počínali na domácich šampionátoch v OB alebo LOB, kde získali viac medailí.

5 pretekári CTM sa nominovali na významné medzinárodné mládežnícke podujatia – ME dorastu alebo JMS. Na MED v Bulharsku štartovali Ľuboslava Weissová (W16), Sandra Ivanková (W16), Lukáš Novota (M16) a Martin Roháč (M16). Najviac sa darilo Ľ. Weissovej, ktorá v pretekoch na dlhej trati obsadila veľmi pekné 16. miesto. Uspokojivé je aj 26. miesto Lukáša Novotu taktiež v pretekoch na dlhej trati. Na JMS v Maďarsku sa nominoval Dušan Sláma. Pre dlhodobé zranenie bola jeho príprava v poslednom 1 a pol mesiaci pred šampionátom výrazne obmedzená, čomu zodpovedali aj jeho výkony na šampionáte.

Prostriedky na činnosť CTM boli združené z viacerých zdrojov: od materských klubov, príspevok zo SZOŠ, resp.MŠ na činnosť CTM, od samosprávy a taktiež z vlastných zdrojov pretekárov.

Činnosť CTM na základe dosiahnutých výsledkov v domácich i zahraničných pretekoch hodnotíme ako uspokojivú.

Spracoval: Jozef Pollák, vedúci tréner CTM pri ATU Košice

Košice, 23.11.2018