

Plán činnosti CTM pri ATU Košice pre rok 2023

1. Zloženie CTM

	nar. kat2023		klub	osobný tréner
1. Michal Marko	2009	M14	TKE	Jozef Pollák
2. Matyás Hujduš	2008	M16	KYS	Valér Franko
3. Maroš Dudra	2006	M18	KYS	David Franko
4. Tomáš Porubčan	2005	M18	KYS	Valér Franko
5. Martin Roháč	2003	M20	TKE	Tomáš Mušínský
6. Lukáš Mário Novota	2003	M20	TKE	Mikuláš Novota
7. Richard Sláma	2003	M20	TKE	Peter Sláma
8. Lukáš Simočko	2000	M21	TKE	Jozef Pollák
9. Júlia Pavelová	2006	W18	KYS	Ľudovít Pavela
10. Simona Mihaličová	2005	W18	TKE	Juraj Mihalič
11. Sofia Sekaninová	2004	W20	TKE	Jozef Pollák
12. Petronela Filipová	2003	W20	TKE	Jozef Pollák
13. Ľuboslava Weissová	2002	W21	TKE	Jozef Pollák
14. Sandra Ivanková	2002	W21	TKE	Jozef Pollák

2. Realizačný tím

Jozef Pollák (vedúci tréner CTM)+osobní tréneri

3. Plán sústredení a testov

-kondičné sústredenie	január,február	Štrbské Pleso
-mapové sústredenie	marec, apríl	Košice, Slov.kras
-kondičné sústredenie	máj, jún (výber)	V.Tatry
-kondičné testy/dráha	apríl- máj	Košice
-kondično-mapové sústredenie	júl, august	Slov.kras, V.Tatry
-kondičné sústredenie	november	V.Tatry

4. Významné medzinárodné mládežnícke podujatia

ME dorastu , Bulharsko
Juniorské MS, Rumunsko
MS, Švajčiarsko

5. Finančné zabezpečenie

Prostriedky na činnosť CTM pozostávajú z nasledovných zdrojov:
prostriedky z materských klubov
príspevok zo SZOŠ, resp. MŠ na činnosť CTM
vlastné prostriedky

6. Základné pravidlá podpory

- Základom podpory je zodpovedný prístup k tréningovému procesu a výkonnosť na pretekoch
- Vedenie tréningového denníka
- Absolvovanie preventívnej lekárskej prehliadky v požadovanom termíne
- Absolvovanie kondičných (bežeckých) testov vo vypísanom termíne

Košice, 22.11.2022

J.Pollák