

ZPRAVODAJ SCM HRADEC KRÁLOVÉ

SRPEN 2009

Vážení závodníci, trenéři a funkcionáři atletických oddílů,
Konec prázdnin je tu a s nástupem do podzimní části sezóny přicházejí další informace ,které se týkají činnosti SCM.

OBSAH:

- 1) MČR kategorie do 22 let, MČR žactva a MČR v silničním běhu - Běchovice
- 2) Krajské přebory juniorů, dorostu a žactva a SMF družstev
- 3) Osobní statistiky
- 4) Tréninkový kemp Friesovy boudy
- 5) Zdravotní prohlídky

1) Mistrovství ČR kategorií do 22 let , MČR žactva a MČR-Běchovice

Předpokládám, že Vám všem jsou známé termíny nadcházejících mistrovství ČR. Rád bych jen připomenul všem atletům zařazeným do SCM a nebo aspirantům na zařazení, že jednou z mnoha podmínek pro setrvání v SCM je také aktivní účast na republikovém šampionátu. Určitě však nejde jen o účast ale i o co nejlepší výkonnost v sezóně. Ne vždy se Vám vydaří zrovna start na MČR, můžete mít lepší výkon z jiného závodu ale starty na MČR jsou jednou z povinností atletů zařazených do systému péče o talenty.

Proto ještě opakují termíny:

MČR do 22 let je v Plzni 5.-6. září - uzávěrka přihlášek 31.8.

MČR žactva je v Olomouci 12.-13.září - uzávěrka přihlášek 7.9.

MČR v silničním běhu v Běchovicích 27. září - uzávěrka přihlášek 22.9.

2) Krajské přebory družstev mládeže a navazující semifinále, případně finále MČR

Hned **5. září se koná v Týništi nad Orlicí** 4. kolo KP družstev žactva, který je v mnoha disciplínách i KP jednotlivců (200m př.,výška, tyč, kladivo – pro chlapce i dívky + 1500m př. hochů). V dalším týdnu pak 3. kolo KP družstev dorostu a juniorů v **Pardubicích** – zde zároveň krajské přebory jednotlivců (400m, 1500m,100 a 110m př.,tyč,disk, kladivo). Všichni, kteří pak postoupí se svým družstvem do SMF MČR družstev, mají další šanci na skvěle obsazené starty na špičkových závodech. Semifinále mládežnických soutěží družstev se konají **26.září**. Finále MČR družstev mládeže je v kalendáři naplánováno na termín **3. října** – doufejme, že se na něj některé družstvo z kraje HK dostane.

3) Osobní statistiky

I když je evidence výkonů všech registrovaných atletů v ČR na velmi solidní úrovni, může se stát, že některý Váš výkon ve statistice schází (např. proto, že jste startovali jako hostující za jiný tým apod.). Proto Vás žádám o zaslání osobních statistik, které jsou otázkou dvou řádků v e-mailu, ve kterém jen uvedete letošní nejlepší výkony ve svých disciplínách a nejlepší umístění na oficiálních mistrovstvích ČR. Předjedeme tak společně případným chybám při zpracování hodnocení SCM za rok 2009.

Svoje statistiky mi pošlete výhradně na adresu : aleszdarsky@seznam.cz a prosím o dodržení termínu **30.9.2009** – tedy bezprostředně po semifinále MČR družstev.

2) Tréninkový kemp Friesovy boudy

Tradiční nástup do tréninkové dřiny na sezónu 2010 bude opět na „Friesovkách“ u Němečků. Myslím, že není třeba příliš zdůvodňovat, proč právě hory a proč v tomto termínu. Místo i čas jsou vhodné pro všechny disciplíny především proto, že se jedná o objemovou přípravu, kterou mají pro toto období v plánech všechny specializace. V Krkonoších se dá ve druhé polovině října chodit, běhat, skákat, posilovat, jezdit na kole, odhazovat břemena. Někteří brali i koloběžky nebo kolečkové brusle.

Termín je stanoven – **18.-23.10. 2009** a pokyny s přihláškou jsou součástí dnešního e-mailu. Prosím o dodržení termínu pro přihlášení a těším se na velkou účast všech zařazených v SCM i těch, kteří mají do SCM nakročeno.

3) Zdravotní prohlídka

Připomínám všem atletům, že je jejich povinností absolvovat jednou ročně zdravotní prohlídku ve specializovaném zdravotnickém zařízení. Sportovní lékařské prohlídky v našem kraji zabezpečují především tito lékaři: MUDr. Jindra, MUDr. Vondruška a MUDr. Neuman – všichni v Hradci Králové a dále MUDr. Koldovský v Jilemnici. Pokud nemáte platnou lékařskou prohlídku z jarních měsíců 2009, většině z Vás končí platnost v říjnu a listopadu 2009. Včas se u uvedených lékařů objednejte a realizaci prohlídky mi potvrďte zasláním kopie lékařské zprávy doplněné Vaším souhlasem se založením do zdravotnické dokumentace v archivu SCM. Zároveň mi zašlete účtenku za prohlídku, z rozpočtu SCM Vám přispějeme částkou 500,- Kč/os.

Do podzimních měsíců hodně slunce nejen nad hlavou přeje

Aleš Žďárský
vedoucí trenér SCM Hradec Králové

aleszdarsky@seznam.cz
mob. 739 185 700