

SPRÁVA

sústredenie reprezentačného úseku AG1 v ŠA

Termín: 26. – 28.4.2019
Miesto: Spojená škola, Boženy Slančíkovej 2, Nitra 949 01
Vedúce akcie: Karina Danielová
Cestovné: podľa ekonomických smerníc SGF
Stravovanie: podľa ekonomických smerníc SGF
Ubytovanie: Hradí SGF

Cieľ: Kontrola výkonnosti.

Harmonogram:

26.4.2019	13:00 – 16:00	– kompenzačné cvičenia, koordinačné cvičenia
27.4.2019	09:30 – 12:30	– cvičebné tvary obťažnosti
	13:30 – 16:30	– súťažné zostavy
28.4.2019	09:30 – 12:00	– cvičebné tvary obťažnosti
	13:00 – 16:00	– súťažné zostavy

ZOZNAM ZÚČASTNENÝCH

	Meno	Klub	Tréner
1.	Solárová Tajana	KŠA Nitra	Solárová, Danielová, Szabóová
2.	Veľká Viktória	KŠA Nitra	Solárová, Danielová, Szabóová
3.	Adámeková Hana	KŠA Nitra	Solárová, Danielová, Szabóová
4.	Farkašová Ela	KŠA Nitra	Solárová, Danielová, Szabóová
5.	Sivá Simona	Inter aerobic Bratislava	Formandl, Šanková
6.	Pagáčová Karolína	Inter aerobic Bratislava	Formandl, Šanková
7.	Nováková Nikoleta	Inter aerobic Bratislava	Formandl, Šanková
8.	Prokopčáková Liliana	Inter aerobic Bratislava	Formandl, Šanková

Reprezentačného sústredenia starších žiačok v športovom aerobiku sa zúčastnili pozvané pretekárky pod vedením zodpovednej trénerky Kariny Danielovej. Sústredenia sa z osobných dôvodov nezúčastnila reprezentačná trénerka Petra Tomková a rovnako pretekárka Sofia Zahradníková. Sústredenie prebiehalo podľa naplánovaného harmonogramu od piatka do nedele v Nitre. Prvý deň sústredenia bol venovaný hlavne koordinačným schopnostiam (rytmická, kinesteticko - diferenciačná, rovnováhová a orientačná schopnosť) a kompenzačným cvičeniam. Druhý a tretí deň boli zamerané na cvičebné tvary a poobedná časť bola zameraná na súťažné zostavy. Prebehla kontrola kompozície zostáv, doladilo sa technické a celkové predvedenie.

„Ako trénerka som veľmi spokojná so zodpovedným prístupom dievčat počas celého sústredenia. Dievčatá absolvovali náročné tréningy, urobili sme veľa práce a posledný deň bola už viditeľná únava. Verím, že sústredenie splnilo stanovený cieľ.“

Oľga Kyselovičová
predsedníčka sekcie ŠA

Karina Danielová, Petra Tomková
zodpovedné trénerky za úsek