



S L O V E N S K Á
PLAVECKÁ FEDERÁCIA
SLOVAK SWIMMING FEDERATION

PROJEKT 2021 – 2022
EUROPEAN YOUTH OLYMPIC FESTIVAL
2022 - BANSKÁ BYSTRICA, SLOVAKIA



EYOF Banská Bystrica projekt prípravy



V roku 2022 bude Slovenská republika usporiadateľom jedného z najväčších športových sviatkov. EYOF projekt má veľkú tradíciu v rámci množstva športov a plávanie medzi nimi nesmie chýbať.

Výbor sekcie plávania má záujem v tomto projekte participovať s plaveckými oddielmi a vytvoriť podmienky pre plavcov, trénerov k splneniu limitov na dané plavecké podujatie EYOF 2022.

Cieľ projektu:

Úspešná reprezentácia na EYOF 2022:

1 umiestnenie do 3. miesta, 5 umiestnení do 8. miesta

Cieľová skupina:

Chlapci: ročník narodenia 2006 - 2007

Dievčatá: ročník narodenia 2007 - 2008

Tréningové skupiny:

Tréningový program bude tvorený zvlášť pre ženské skupiny a zvlášť pre mužské skupiny. Rozdelenie plaveckých skupín bude odpovedať tréningovým programom pre jednotlivé mužské/ženské skupiny.

Cieľ projektu:

Cieľom projektu Výboru sekcie plávania a SPF je pomôcť plavcom a ich trénerov priblížiť sa k splneniu limitov na podujatie EYOF 2022. Hlavnou pomocou bude zabezpečenie sústredení, kde bude možné doplniť objemovú zložku v tréningovej príprave plavcov. Sústredenia budú realizované v nízkej aeróbnej úrovni, intenzite. Dôraz bude kladený na techniku a objemovú časť.

Po skončení objemových sústredení plavci pokračujú vo svojich materských oddieloch, ktoré budú pokračovať vo svojej tréningovej príprave.

Záverečná príprava pred samotnou súťažou bude prebiehať výlučne v gescii materského oddielu. SPF v tomto smere bude zabezpečovať podmienky pre finálnu prípravu plavcov a trénerov, ktorí nemajú podmienky na tréningovú prípravu.

Realizácia projektu:

Sústredenie/preteky	Dátum, miesto	Počet CH + počet D
1. sústredenie	20. - 27.9. 2021, Poprad	10 + 10
plavecké preteky	Plzenské sprinty, Plzeň 25m	10 + 10
2. sústredenie	8. - 16.11.2021, Šamorín, prípadne iný 50 m bazén HUN/CZ	10 + 10
plavecké preteky	20.-21.11. 2021 SVS-Schwimmen Trophy 2021 Schwechat	10 + 10
plavecké preteky	M-SR senior, junior / M-SR st. žiaci	
3. sústredenie	koniec januára, Šamorín (CZE/ Plzeň, Pardubice)	8 + 8
plavecké preteky	5.-6.3.2021 SPD, SPJ	8 + 8
4. sústredenie	začiatok apríla, Banská Bystrica	8 + 8
plavecké preteky	koniec apríla, zahraničný míting	8 + 8
EYOF 2022	24. - 30.07.2022, Banská Bystrica	8 + 8

Po skončení každého blokového sústredenia by do 14 dní výber EYOF absolvoval plavecké preteky, kde by sa kontroloval a sledoval prínos plaveckých sústredení. Plavecké preteky výberu EYOF by boli zabezpečené na reprezentačnej úrovni. Po konzultácii s osobnými trénermi na klubovej úrovni. Do konca roka 2021 by sa absolvovali 2 blokové sústredenia a 2 plavecké podujatia. Na základe výsledkov a poznatkov zo sústredení sa v sezóne 2022 výber plavcov zúži na 8 + 8 plavcov. Návrh a cieľ projektu je postavený tak, aby na konci apríla bolo splnených čo najviac „A „ limitov na podujatie a plavci sa mohli sústrediť na finálnu prípravu pred záverečným podujatím v Banskej Bystrici. Z pohľadu Výboru sekcie plávania je dôležité v nadväznosti na nasledujúcu prípravu, aby plavci mali splnené limity na EYOF 2022 do konca apríla 2022.

Finálna príprava limitárov a nominovaných plavcov do podujatia (termíne 24. - 30.7.2022, alebo v prípade potreby – zavretý domáci bazén aj dlhšie) sa bude realizovať spoločným sústredením s osobnými trénermi. VSPL , zorganizuje záverečné plavecké sústredenie, ktorého sa zúčastní plavec so svojím osobným trénerom (ak bude mať

záujem). zabezpečí plavecké dráhy/podmienky pre plavcov so splneným limitom na dané podujatie.

Aktualizácia nominácií:

Nominácia jednotlivých plavcov a plavkýň podľa vopred stanoveného počtu bude prebiehať v roku 2021 cca 2 týždne pred jednotlivými blokmi (blok = sústredenie + následné kontrolné preteky) podľa najlepších bodových výkonov FINA 2020 v disciplínach na EYOF 2022. Plavci, ktorí sa zúčastnili sústredenia v danom bloku sú automaticky nominovaní na kontrolné preteky.

V roku 2021 sa do úvahy berú zaplávane časy z 50 a 25m bazénov.

V roku 2022 iba z 50 m a poradie v rebríčku nominovaných sa určí na základe plnenia limitu a následného priblíženia, podľa podmienok SOŠV (2 plavci na disciplínu).

Úspech projektu je úzko spätý s tréningovými plánmi jednotlivých plaveckých oddielov a komunikáciou s osobnými trénermi vybraných reprezentantov.

Efektivitu projektu vedia podporiť osobní tréneri plavcov svojou účasťou na jednotlivých akciách organizovaných SPF. Úzka komunikácia s trénermi a koordinátorom projektu EYOF 2022 má viesť k zladeniu tréningových programov a naplneniu výkonnostných cieľov vo finálnych plaveckých disciplínach.

Financovanie:

Financovanie projektu je výlučne z rozpočtu SPF 2021 z kapitoly plávania 12 – ÚTM spoločná príprava , prípadne po dohode s SOŠV.

Predbežný rebríček plavcov

- a) **10 plavcov v mužskej kategórii na základe FINA bodov 2020 z 25m a 50m bazéna za obdobie 1. 1. 2021 - 24.10. 2021**
- b) **10 plavkýň v ženskej kategórii na základe FINA bodov 2020 z 25m a 50m bazéna za obdobie 1. 1. 2021 - 24. 10. 2021**

Limity na EYOF 2022

muži		ženy
"A" limit		"A" limit
0:24,37	50 VS	0:26,95
0:52,65	100 VS	0:58,39
1:55,73	200 VS	2:06,98
4:06,49	400 VS	4:28,10
x	800 VS	9:19,08
16:27,93	1500 VS	x
x	50 Z	x
0:59,45	100 Z	1:06,03
2:09,89	200 Z	2:23,24
x	50 P	x
1:06,72	100 P	1:14,03
2:24,58	200 P	2:39,28
x	50 M	x
0:56,97	100 M	1:03,53
2:07,38	200 M	2:23,02
2:11,00	200 PP	2:24,66
4:41,03	400 PP	5:08,46

Nominačné obdobie: 1. 1. 2022 – 5/2022 (50 m bazén)

Realizačný tím: počet podľa podmienok SOŠV

Počet plavcov: počet podľa podmienok SOŠV (predpoklad max 8+8)

Prípadné zmeny navrhuje na schválenie RADOU SPF VSPL.

21.10.2021

Mgr. Miloš Božik – poverený riadením juniorskej reprezentácie SR

PaedDr. Karel Procházka, PhD – Viceprezident SPF za plávanie

Po pripomienkovaní: Martiny Moravcovej