



SLOVENSKÝ ZVÄZ VZPIERANIA
SLOVAK WEIGHTLIFTING FEDERATION
JUNÁČKA 6, 832 80 BRATISLAVA

PROJEKT IDENTIFIKÁCIE TALENTOV VO VZPIERANÍ



Ružomberok, 11-12.11.2011



VYPRACOVALI:

Mgr. Gabriel Buzgó, PhD.
predseda TMK SZV

Mgr. Ľudovít Buzgó
tréner reprezentácie juniorov do 17 rokov

Mgr. František Šaržík
asistent trénera reprezentácie juniorov do 17 rokov

Marian Buschbacher
organizátor akcie



SLOVENSKÝ ZVÄZ VZPIERANIA
SLOVAK WEIGHTLIFTING FEDERATION
JUNÁCKA 6, 832 80 BRATISLAVA

POPIS PROJEKTU

Účastníci:

Výber mladších žiakov na základe aktuálnych výsledkov dosiahnutých v roku 2011 (n=10)

Výber starších žiakov na základe aktuálnych výsledkov dosiahnutých v roku 2011 (n=10)

Výber dorastencov do 17 rokov na základe aktuálnych výsledkov dosiahnutých v roku 2011 (n=10)

ČASOVÝ HARMONOGRAM:

PIATOK, 11.11.2011

17 ⁰⁰	ZRAZ V MIESTE UBYTOVANIA
17 ³⁰	PRACOVNÉ STRETNUTIE TRÉNEROV A NOMINOVANÝCH EXAMINÁTOROV
18 ⁰⁰	SOMATOMETRICKÉ MERANIA VŠETKÝCH ÚČASTNÍKOV IDENTIFIKÁCIE TALENTOV
20 ⁰⁰	PREDNÁŠKA PRE ÚČASTNÍKOV IDENTIFIKÁCIE TALENTOV

SOBOTA, 12.11.2011

7 ³⁰ -8 ⁰⁰	RAŇAJKY
9 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	1. BLOK MERANIA VŠEOBECNEJ A ŠPECIÁLNEJ MOTORICKEJ VÝKONNOSTI
12 ⁰⁰ -13 ⁰⁰	OBED
13 ³⁰ -17 ⁰⁰	2. BLOK MERANIA VŠEOBECNEJ A ŠPECIÁLNEJ MOTORICKEJ VÝKONNOSTI
17 ³⁰	UKONČENIE IDENTIFIKÁCIE TALENTOV

OBSAHOVÁ NÁPLŇ IDENTIFIKÁCIE TALENTOV

-MERANIE MOTORICKEJ VÝKONNOSTI SA REALIZUJE V 5 ČLENNÝCH SKUPINÁCH, KTORÉ MIGRUJÚ MEDZI STANOVIŠŤAMI-

SOMATICKÉ UKAZOVATELE (PIATOK, 11.11.2011)

(ZABEZPEČÍ RNDR. MARIANA ŠELINGEROVÁ, PHD., FTVŠ UK)

- telesná výška, telesná hmotnosť,
- BMI, zloženie tela, aktívna telesná hmota,
- % podkožného tuku,
- obvodové, dĺžkové a šírkové ukazovatele, somatotyp,
- predikcia telesnej výšky (treba zistiť telesnú výšku biologických rodičov).

MOTORICKÉ TESTY (SOBOTA, 12.11.2011)

(ZABEZPEČIA NOMINOVANÍ ROZHODCOVIA, OSOBNÍ TRÉNERI A ČLENOVIA TMK SZV)

- mládežnícky štvorboj (formou súťaže pre všetky vekové kategórie),
- skok do diaľky z miesta,
- trojskok do diaľky z miesta,
- výskokový ergometer (jump test, simple jump),
- hod medicinbalom vzad (2kg, 3kg),
- hod medicinbalom vpred (2kg, 3kg),
- šprint 30m, 50m (pomocou fotobuniek),
- člnkový beh (10x5m),
- sed-fah (30s, 60s),
- zhyby (vpred, vzadu, výdrž),
- hĺbka predklonu.



SLOVENSKÝ ZVÄZ VZPIERANIA
SLOVAK WEIGHTLIFTING FEDERATION
JUNÁČKA 6, 832 80 BRATISLAVA

ŠPECIÁLNE TESTY

(MERANIA REALIZUJÚ OSOBNÍ TRÉNERI NA ZÁKLADE VOPRED STANOVENÝCH INŠTRUKCII A NÁVODU)

- trh 1RM (súťažná disciplína),
- nadhod 1RM (súťažná disciplína),
- drepy vpredu 1RM, 3RM, 5RM,
- drepy vzadu 1RM, 3RM, 5RM,
- pozdvihy vpredu 1RM, 3RM, 5RM,
- počet drepov vo vzpažení s % z telesnej hmotnosti,
- tlak v sedačke,
- výrazový tlak z polodrepu,
- výrazový tlak zo sedačky,
- izometrické testy sily DK v rôznych uhloch v kolennom kĺbe - (asistencia FTVŠ UK),
- hodnotenie parametrov silových schopností (RFD) - (asistencia FTVŠ UK),
(výška výťahu, rýchlosť pohybu činky, produkcia výkonu - diagnostická séria).

VÝBER MLADŠÍCH ŽIAKOV

Pavlus Samuel	15.3.1999	KNK	389,9b.
Broda Patrik	19.11.1999	KNK	377,3b.
Kubák Matej	25.3.1999	PNM	366,6b.
Riečičiar Patrik	13.6.2000	KNK	361,6b.
Fabo Oliver	22.7.1999	KTN	356,5b.
Ján Marek Trebichavský	15.1.1999	MOL	355,6b.
Romaňák Tomáš	18.12.2000	BOB	346,2b.
Čiernik Jakub	2.11.1999	BOB	340,5b.
Škapec Vladimír	27.9.2000	BOB	336,9b.
Holocsi Ádám	21.4.1999	VME	328,9b.
Vetrák Vratislav	15.6.1999	KTN	328,2b. (ospravedlnený)

Náhradníci:

Kubala Vladimír	3.9.1999	KNK	307,9b.
Krajčovic Dominik	8.10.1999	PNM	299,0b.

VÝBER STARŠÍCH ŽIAKOV

Juhász Jacint	4.6.1998	VME	255,6b.
Jakub Fabo	05.02.1997	KTN	208,4b. ???,?b.
Hatala Šimon	22.5.1997	SRB	202,8b.
Holocsi Kristian	8.9.1998	VME	197,9b.
Mokošák Pavol	15.7.1997	BOB	192,3b.
Denis Daniel	31.12.1997	PNM	188,5b.
Žakovský Dominik	12.6.1997	SRB	178,6b.
Kožienka Matúš	28.7.1998	BOB	173,2b.
Machajda Kristián	16.11.1998	BOB	171,6b.
Holič Martin	17.1.1998	PNM	169,2b.

Náhradníci:

Jaromír Kecskés	17.08.1997	HUR	173,4b. ???,?b.
Barčák Peter	31.7.1998	BOB	167,8b.



SLOVENSKÝ ZVÄZ VZPIERANIA
SLOVAK WEIGHTLIFTING FEDERATION
JUNÁČKA 6, 832 80 BRATISLAVA

VÝBER DORASTENCOV DO 17 ROKOV

Jakub Žilava	13.05.1994	VŠC	314b.
Viktor Ostrovský	27.01.1995	HLO	284b.
Peter Poláček	05.12.1994	KNK	284b.
Michal Bodorík	05.06.1996	HLO	283b.
Marek Murčo	27.11.1994	KNK	271b.
Eduard Pištej	13.09.1994	MKE	250-260b.
Kuriak Jozef	08.06.1995	BOB	247b.
Patrik Sedlák	03.07.1995	KOŠ	238b.
Patrik Barčák	17.05.1996	BOB	230b.
Matúš Bodorík	05.06.1996	HLO	221b.

Náhradníci:

Matej Poláček	19.12.1995	KNK	218b.
Matej Fulla	16.04.1996	SRB	217b.

Tréneri zapojení do merania všeobecnej a špeciálnej motorickej výkonnosti:

Miroslav **Škrobán**

Milan **Kubák**

Mgr. Milan **Kováč, ml.**

Mgr. František **Šaržík**

Robert **Habiňák**

Mgr. Ľudovít **Buzgó**

Mgr. Gabriel **Buzgó**, PhD.

Ing. Marian **Buschbacher**, ml.

Štefan **Gribanin**

Examinátori zapojení do somatometrie:

RNDr. Mariana **Šelingerová**, PhD.

Peter **Šelinger**

Počet nocľahov pre športovcov, osobných trénerov a examinátorov:

41 (vrátene SRB)

38 (bez SRB)

ZÁKLADNÉ VYBAVENIE:

- štandardná výbava pre dvojdňový pobyt,
- športová výstroj (pre potreby vzpieračskej súťaže a na testovanie všeobecnej motorickej výkonnosti),
- karta poistenca, doklad na identifikáciu,
- tréningový denník.

ZRAZ:

- 11.11.2011 (piatok) o 17:00
- v mieste ubytovania

POTVRDENIE ÚČASTI

PROSÍME POTVRDIŤ ÚČASŤ NA IDENTIFIKÁCIU TALENTOV NAJNESKÔR DO

03.11.2011



SLOVENSKÝ ZVÄZ VZPIERANIA
SLOVAK WEIGHTLIFTING FEDERATION
JUNÁČKA 6, 832 80 BRATISLAVA

Kontaktné osoby:

Marián Buschbacher
0905519572

marian.busch@zoznam.sk

Mgr. Gabriel Buzgó, PhD.

Nám. mládeže 2101/32

Veľký Meder 932 01

0903833684

buzgo@fsport.uniba.sk