

## **Správa z reprezentačného sústredenia**

**1.-8.9.2024 Tenerife, Španielsko**

### **Nominácia:**

Laura Svrčková

Linda Svrčková

Ráchel Závacká

Nikola Seničová,

Lucia Kršková

Bibiána Večeřová

Natália Hušťavová

Matej Cepko

Filip Pagáčik

Štefan Gribanin – tréner

Katarína Bačínská - fyzioterapeut

### **Cesta, ubytovanie, strava, tréningové priestory**

Cesta na sústredenie prebiehala 1.9. priamym letom z Viedne na Tenerife a 8.9. priamym letom do Viedne. Ubytovanie, strava a tréningové priestory v Precise hotel, Puerto de la Cruz. Podmienky na sústredenie na požadovanej úrovni v každom ohľade, vrátane výhodnej ceny.

### **Hodnotenie sústredenia**

Sústredenie bolo zamerané na prípravu k najbližším reprezentačným akciám (MEJ, MS seniorov, Qatar Cup). Z tréningového hľadiska bolo zamerané na objemovú prípravu. Po minuloročnom premiérovom a osvedčenom sústredení na Tenerife, hodnotíme aj tohtoročné sústredenie za prínosné z viacerých hľadísk. Okrem kvalitných tréningových podmienok aj zmena klimatických podmienok, ktoré boli, paradoxne s horúcim letom na Slovensku, vynikajúcim 23-25 stupňovým počasím pri oceáne. V neposlednom rade aj motivujúce pre pretekárov, ktorí dosahujú výsledky. Sústredenie prebehlo bez komplikácií, všetci pretekári absolvovali všetky tréningové jednotky podľa plánu.

Košice 15.9.2024

Ing. Štefan Gribanin