



**ČESKÁ
TRIATLONOVÁ
ASOCIACE**

**Výběr ČTA
DOROST / JUNIOŘI**

**Plán RTC – I.fáze
leden – květen 2024**

Praha, 15.11.2024

Zpracoval: Jan Kubeš
Trenér DOROSTU A JUNIORŮ

Tento dokument shrnuje předběžný plán a časový rozpis činnosti Výběru ČTA - reprezentačního týmu ČTA kategorií mládeže v první fázi RTC 2024, se zaměřením na přípravu a účast na hlavní reprezentační vrcholy závodní sezony 2024 a přechod sportovců do vyšších věkových kategorií.

OBSAH:

1. Výběr ČTA - DOROST+JUNIOŘI - RTC 2024 – I. fáze.....	3
1.1. Podmínky pro zařazení do výběru ČTA	3
2. Systém přípravy a podpory členů výběru ČTA	3
2.1. Nominace do výběru ČTA.....	3
2.2. Nominace na soutěže /ME, MS/	4
3. Soustředění, kontrolní srazy	4
3.1. Termíny soustředění – VT.....	4
3.2. Kontrolní diagnostika, testy.....	4
4. Přehled soutěží 2024	5
4.1. Mistrovství Evropy a světa	5
4.2. Závody EPJ.....	5
4.3. Závody ČP	5

1. Výběr ČTA - DOROST+JUNIOŘI - RTC 2024 – I. fáze

Tento dokument shrnuje obecné podmínky a pravidla pro zařazení sportovců do mládežnického reprezentačního výběru ČTA (dále výběr, výběry) pro soutěžní rok 2024 (leden – květen), soupis společných přípravných a kontrolních akcí a předběžný rozpis soutěží. Primárním cílem je identifikovat a podpořit talentované sportovce, kteří mají potenciál dalšího výkonnostního růstu s perspektivou úspěšné účasti na hlavních mezinárodních soutěžích 2024 a následného přestupu do kategorie U23 a posléze ELITE.

Do výběru ČTA budou v první fázi zařazeni sportovci, kteří vyhoví výkonnostním parametrům a dalším podmínkám.

1.1. Podmínky pro zařazení do výběru ČTA

Pro zařazení do výběru ČTA musí sportovec splňovat následující základní kritéria:

- musí být řádně zapsaným a registrovaným členem České triatlonové asociace,
- musí doložit platnou zdravotní prohlídku pro daný soutěžní rok,
- musí mít řádně vyplněn a aktualizován svůj profil na portálu IS ČTA (www.cts.com),
- musí určit odpovědnou osobu (u neplnoletých) a hlavního/osobního trenéra, včetně kontaktů na tyto osoby,
- musí mít založený a propojený tréninkový deník, případně zadávat své tréninkové aktivity ručně (CTS).

Výkonnostní parametry budou zohledněny v rankingu ČTA. Do rankingu budou započítány řádně nahlášené výkony dosažené v období 1.7. – 15.11.2023 (výsledky testů, soutěží, oficiálních/ověřitelných měření) v disciplínách běh a plavání:

DOROST: běh (dráha) – 1500 nebo 3000 m, plavání – 400 m (bazén 25/50)

JUNIOŘI: běh (dráha) – 1500 nebo 3000 m, plavání – 400 m (bazén 25/50)

2. Systém přípravy a podpory členů výběru ČTA

2.1. Nominace do výběru ČTA

Výběr ČTA zahrnuje 12 sportovců:

- 8 sportovců s nejvyšším bodovým hodnocením v rankingu ČTA, bez rozdílu věku a pohlaví,
- další 4 sportovci na základě návrhu reprezentačního trenéra (RT) – podléhá schválení sportovní komise (SK).

Členové tohoto výběru obdrží reprezentační oblečení (pokud jej již neobdrželi v letech předcházejících) a budou přednostně zváni na akce ČTA, vždy s ohledem na parametry konkrétní akce, jako je rozsah, kapacita, zaměření apod.

1. do 18.3.2024

U vybraných sportovců (viz výše) bude průběžně sledován způsob a realizace sportovní přípravy s ohledem na relevantní fázi přípravného období, případně bude vyžádáno potvrzení výkonnosti (závod v aquatlonu, test). V případě neadekvátního zhoršení/stagnace výkonnosti může dojít k vyřazení sportovce z výběru, vždy pouze na základě návrhu RT a po schválení SK. Na uvolněné místo může být nominován jiný sportovec, opět po návrhu RT a schválení SK.

2. po 18.3.2024

Konsolidace výběru ČTA po případných změnách a příprava na první soutěže 2024, se zaměřením na úspěšné vystoupení na reprezentačních vrcholech 2024 – MED, MEJ, MSJ.

2.2. Nominace na soutěže /ME, MS/

Pro nominace k jednotlivým mezinárodním soutěžím (MEJ, MED, MSJ) budou vypsána nominační kritéria. Nastavení jednoznačných NK umožní sportovcům i jejich trenérům lepší cílení přípravy, nominovaným pak klid pro finální přípravu a soustředění na daný závod.

3. Soustředění, kontrolní srazy, akce

Členové výběru ČTA budou přednostně zváni na přípravné a kontrolní akce, které budou realizovány v režii ČTA. Účast na těchto přípravných/kontrolních akcích je pro členy výběru ČTA povinná. Případné výjimky a uvolnění z těchto akcí posoudí SK na žádost odpovědného trenéra sportovce. Pro účast na akcích ČTA - závodech EPJ budou vypsány samostatné podmínky. V případě kapacitních možností může být účast na akci výběru ČTA nabídnuta i dalším sportovcům, za předem stanovených podmínek – spoluúčast, plná úhrada apod.

Soustředění budou primárně zaměřena na přípravu na závodní období, v druhém sledu pak na zdokonalení výkonnosti a schopností v jednotlivých segmentech triatlonu, odstranění slabin, přípravu na přechod do vyšší kategorie apod.

3.1. Termíny soustředění – VT

- VT1 - 26.1-30.1.2024 (zaměření plavání, běh, posilování)
- VT2 - 28.2-3.3.2024 (zaměření plavání, běh, posilování)
- VT3 - 30.3.-13.4.2024 (zaměření plavání, kolo, běh)

3.2. Kontrolní diagnostika, testy

Pro výběr sportovců ČTA bude zajištěno testování sportovní výkonnosti, kterou bude možné využít pro potřeby trenérů reprezentace a osobních trenérů, aby bylo možné u sportovců včas identifikovat slabé stránky výkonu a pracovat na jejich odstranění.

1. Termín – prosinec 2023 (spiroergometrie)
2. Termín – jaro 2024 – bude upřesněno (spiroergometrie)

V průběhu přípravného období budou (mohou být) realizovány kontrolní testy a měření, pro zjištění aktuálního stavu připravenosti, vždy s ohledem na fázi a cílení přípravy.

4. Přehled soutěží 2024

4.1. Mistrovství Evropy a světa

Datum	Závod	Město	Stát	Kategorie
1.-4.8.2024	Europe Triathlon Youth Championships	Panevėžys	LTL	dorost super sprint/ mixed relay
9.-11.8.2024	Europe Triathlon Junior Championships	Balikesir	TUR	junior super sprint / mixed relay

4.2. Závod EPJ

Datum závodu	Název	Místo	Trať
24/03/2024	EPJ Quarteira	Quarteira, Portugal	Sprint
14/04/2024	EPJ Melilla	Melilla, Spain	Sprint
20/04/2024	EPJ Yenişehir	Yenişehir, Turkey	Sprint
10/05/2024	EPJ Caorle	Caorle, Italy	Super sprint, relay
25/05/2024	EPJ Olsztyn	Olsztyn, Poland	Sprint
31/05/2024	EPJ Silver Lake	Silver Lake, Serbia	Super sprint, relay
15/06/2024	EPJ Izvorani	Izvorani, Romania	Super sprint, relay
23/06/2024	EPJ Wels	Wels, Austria	Sprint
29/06/2024	EPJ Holten	Holten, Netherlands	Sprint
06/07/2024	EPJ Tiszaujvaros	Tiszaujvaros, Hungary	Super sprint
13/07/2024	EPJ Cork	Cork, Ireland	Sprint
20/07/2024	EPJ Chisinau	Chisinau, Moldova	Super sprint, relay
28/07/2024	EPJ Tabor	Tabor, Czech Republic	Sprint
18/08/2024	EPJ Moss	Moss, Norway	Sprint
24/08/2024	EPJ Riga	Riga, Latvia	Sprint
07/09/2024	EPJ Bled	Bled, Slovenia	Super sprint
15/09/2024	EPJ Zagreb	Zagreb, Croatia	Super sprint, relay
28/09/2024	EPJ Salini	Salini, Malta	Super sprint

Stav k 14.11.2023

4.3. Závodů ČR

Bude upřesněno.

Jan Kubeš
Trenér reprezentace DOROSTU A JUNIORŮ