

# Plán přípravy

české juniorské reprezentace na rok 2008/2009 a na Mistrovství světa juniorů 2009 v Itálii

## 1. Realizační tým:

Trenér: Libor Zřídka Veselý + Jan Potštejnský  
Asistenti: Dana Bednářová, Václav Hošek, Ladislav Svoboda  
Fyzioterapeut: ???  
Lékař: Ladislav Svoboda

## 2. Složení družstva:

- Skupina A:
- Skupina B: Hlavová Jindra, Kabátová Eva, Novotná Tereza, Petrželová Tereza, Müllerová Věra, Klusáček Matěj, Nykodým Miloš, Zimmermann Jakub
- Skupina C: Jakobová Adélka, Knapová Jana, Kosová Denisa, Mádlová Věra, Mechlová Lenka, Hájek Daniel, Kantor Ondřej, Kubát Jan, Kubát Pavel, Malý Ondřej, Nečas Jiří, Nožka Radek

## 3. Plán přípravy:

datum	Akce	náplň	účast
21. – 23. 11. 2008	VT Proseč	úvodní sraz	otevřené
28. – 29. 1. 2009	Fyziologické měření	fyziologické měření	A + B + C
29. 1. – 1. 2. 2009	VT Nové Město na Moravě	fyzická příprava	otevřené
27. – 29. 3. 2009	Spring cup	účast na závodech	A + B
1. – 3. 5. 2009	VT Mariánské Lázně	mapová příprava	dorost + junioři
7. – 10. 5. 2009	VT Itálie	mapová příprava	A + B + C (jun)
6. a 7. 6. 2009	Nominační závod	nominační závod	viz kritéria
25. 6. 2009	Fyziologické měření	fyziologické měření	6 + 6
25. – 28. 6. 2009	VT Jeseníky	závěrečná příprava	6 + 6 + vedení
3. – 12. 7. 2009	MSJ Itálie	trénink + MSJ	6 + 6 + 4
21. 7. – 2. 8. 2009	VT Dánsko + Norsko	mapová příprava	otevřené
29. 8. 2009	Farewell party Brno	rozloučení	JRD 2000 až 2009
9. – 11. 10. 2009	JEC 2009 Německo	závod OB	3 + 3 + 3 + 3

## 4. Nominační kritéria:

1. Splnit limit na dráze – juniorky, 3 000 m, 11:35; junioři, 5 000 m, 16:50. Čas je nutné zaběhnout v rozmezí od 1. ledna do 5. června 2009, a to buď na oficiálním atletickém závodě nebo individuálně za účasti některého z členů realizačního týmu JRD nebo komise reprezentace v OB ČSOB.
2. Nominační závody proběhnou jako součást žebříčku A 6. a 7. června 2009 v kategoriích D20 a H20 (spojené kategorie 18 a 20). Nominační závod je otevřený pro závodníky s licencií A.
4. Vítězové nominačního závodu na klasické i krátké trati v kategorii D20 a H20 (spojené kategorie 18 a 20) a další nejlepší v součtu časů sobotního a nedělního závodu v obou kategoriích. V případě zrušení nominačního závodu pozbývá tento bod platnosti.
5. Na základě výsledků nominačního závodu a výsledků jarních závodů určí trenéři nominaci do počtu 6 + 6 a náhradníky 1 + 1.
6. Konečná nominace bude zveřejněna po ukončení nominačního závodu nejpozději však v pondělí 8. června 2009 ve 20:00 hodin. V případě neregulérnosti závodu nebo protestu bude nominace oznámena trenéry v nejbližším možném termínu, nemusí to však být přímo ve výše stanoveném limitu.