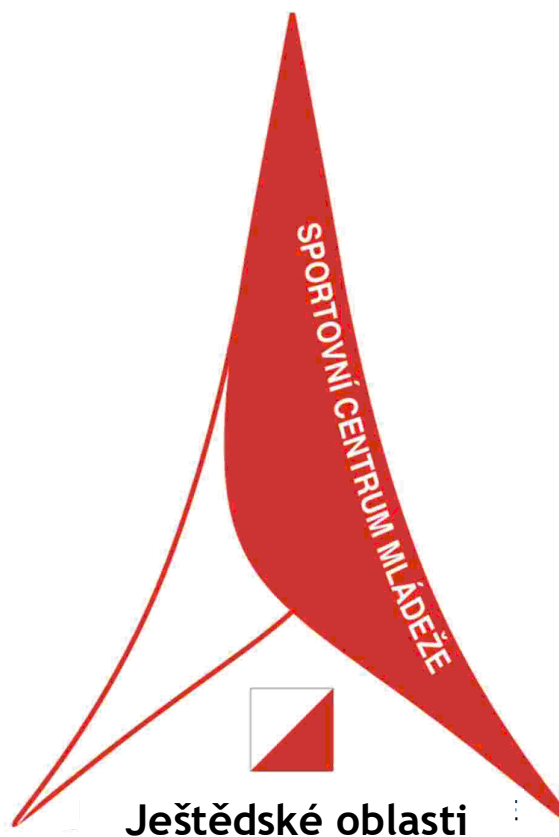


ZÁVĚREČNÁ ZPRÁVA

O POUŽITÍ NADAČNÍHO PŘÍSPĚVKU
PROVOZOVÁNÍ SPORTOVNÍHO CENTRA
MLÁDEŽE ORIENTAČNÍHO BĚHU
JEŠTĚDSKÉ OBLASTI V ROCE 2018



Lučany nad Nisou, listopad 2018

1. Název projektu

Provozování sportovního centra mládeže orientačního běhu Ještědské oblasti v roce 2018

2. Příjemce příspěvku

Liberecký krajský svaz ČSOS, Zahradní 1381, 473 01 Nový Bor, IČ: 050 60 991 (dále jen "LKS ČSOS")

3. Garant projektu

Jan Pícek, Lučany nad Nisou 532, 468 71 Lučany nad Nisou, jan.picek@mymaps.cz

4. Hlavní cíle projektu

LKS ČSOS se přihlásil do výběrového řízení na provozování Sportovního centra mládeže v orientačním běhu (SCM) pro rok 2018, které vyhlásila Nadace orientačního běhu. Nadace OB tento grant pro rok 2018 přidělila pro LKS ČSOS ve výši 63 000 Kč.

LKS ČSOS je zřizovatelem Sportovního centra mládeže orientačního běhu Ještědské oblasti (dále jen SCM JO), které již po několik let koordinuje práci s talentovanou mládeží v Ještědské oblasti a zajišťuje kvalitní servis i pro talentované závodníky z oddílů, kde není péči o mládež věnován potřebný prostor. Cílem projektu bylo soustředit a poskytnout talentovaným závodníkům v orientačním běhu ve věku 15 - 18 let z Ještědské oblasti tréninkovou péči pro jejich další výkonnostní růst.

Projekt se zaměřil na tyto cíle:

- 1) Sestavení skupiny navzájem se motivujících talentovaných jedinců z klubů Ještědské oblasti a zajištění kvalitních podmínek pro přípravu.
- 2) Uspořádat 8 akcí v rámci sekce dorostu SCM JO, které budou zaměřeny na trénink a celkové zlepšení výkonnosti členů SCM JO.
- 3) Zajištění širší podpory SCM JO ze strany oddílů JO.
- 4) Zajištění dalších zdrojů financování SCM JO.

5. Realizační plán a časový harmonogram SCM JO

1. Výběr členů SCM JO pro rok 2018	listopad 2017
2. Vypracování, konzultace a sledování plnění tréninkových plánů	celoročně
3. Zajištění spolupráce vedení SCM JO	celoročně
4. Publikování informací a výsledků z akcí SCM JO	celoročně
5. Akce SCM JO (prohlídky, testování, soustředění)	leden – listopad 2018
6. Vyhodnocení činnosti, zpracování poznatků pro další období	září – listopad 2018
7. Výběr členů SCM OB LK pro rok 2018	listopad 2018
8. Zpracování projektu pro grantový program na další období	listopad – prosinec 2018

6. Personální zajištění činnosti SCM JO v roce 2018

<u>Vedoucí SCM JO:</u>	Dominika Pachnerová, CHA
<u>Vedoucí trenér SCM JO:</u>	Jan Pícek (T3), TJN
<u>Trenérská rada SCM OB LK:</u>	Dominika Pachnerová, CHA

Kateřina Kařková, CHA
Aděla Havlová (T3), BOR
Jan Kočib, TJN
Jan Picek (T3), TJN

Spolupracovníci a další treněři:

Matěj Burda (T3), Jan Čechlovský, Daniel Wolf (T3), Tomáš Dlabaja (T3), David Pustai, Romana Zabořilová.

7. Seznam závodníků zařazených do SCM JO v rámci Nadace OB v roce 2018

Poř.	Reg. číslo	Jméno	Licence 2018	Licence 2019
1	BOR0000	Mareš Vít	A	A
2	BOR0001	Pavlovec Dan	A	A
3	BOR0253	Tymeřová Anna	B	A
4	DOK0001	Synek Antonín	A	B
5	DOK0200	Synek Petr	A	A
6	PHK0007	Galbavý Matěj	A	B
7	CHA0050	Pavlíková Markéta	A	A
8	CHA0103	Bek Jiří	A	B
9	CHA0202	Matyáš Vojtěch	B	B
10	CHA0252	Růžičková Vendula	A	B
11	KAS0301	Hnízdil Matěj	B	C
12	LLI0001	Melichar Petr	A	A
13	LLI0203	Bradáč David	B	B
14	LTP0104	Bílý Jakub	A	A
15	LTP0350	Žejdlíková Eliška	B	B
16	STB0199	Dolejší Kateřina	A	A
17	STB0303	Pachnik Stanislav	B	C
18	TJN0257	Linková Lucie	A	B
19	TJN0006	Nagy Josef	A	A
20	TJN0105	Budský Ondřej	A	A
21	TJN0151	Rydlová Aděla	A	A
22	TJN0152	Mařinová Anna	A	A
23	TJN0153	Šklřbová Míša	A	A
24	TJN0251	Rydlová Magdaléna	A	A
25	TJN0253	Budská Anna	B	B
26	TJN0256	Nedomlelová Lucie	A	B
27	TJN0300	Dejnoška Vojtěch	B	B
28	TJN0302	Vitebský Lukáš	A	A
29	TJN0303	Řehoř Vojta	B	B
30	TJN0306	Lesák Ondřej	B	A
31	TJN0350	Vitebská Eliška	B	B
32	TJN0355	Mrkvičková Veronika	B	C
33	TUR0212	Hájek Kryštof	A	A
34	TUR0308	Mellan Jonáš	B	B
35	TUR0250	Šritrová Lenka	B	B

36	TUR0252	Pekařová Jana	A	A
37	VLI0302	Ekert Tomáš	B	C
38	TJN0259	Podrábská Marie	B	A
39	VLI0252	Martanová Elin	A	A

Seznam závodníků zařazených do SCM JO je ve skutečnosti delší, zde uvádíme pouze závodníky zařazené do projektu podporovaného Nadací OB. Na akce jsou zváni i nejlepší závodníci kategorie DH14 (na některé akce přijel i nejlepší žák v ČR Matěj Tkáč), zároveň máme v týmu závodníky kategorie DH20. Z uvedeného seznamu se nakonec do činnosti SCM JO nezapojila Tomáš Ekert, Stanislaw Pachnik, Veronika Mrkvičková a Elin Martanová.

8. Přehled akcí SCM JO (leden – listopad 2018)

ID	Datum	Místo	Akce	Náplň
1	25. 2. – 4. 3. 2018	Slovinsko	Jarní zahraniční soustředění	Jarní zahraniční zájezd, mapová příprava
2	29. 3. – 2. 4. 2018	Písek	Velikonoční soustředění	Mapová a běžecká příprava
3	22. – 30. 4. 2018	Švédsko	Soustředění spojené s Tiomilou	Mapová a běžecká příprava, účast na závodech
4	duben – červen 2018	Jablonec nad Nisou / Ústí nad Labem	Sportovní lékařská prohlídka	Zátěžový test na běhátku, podrobné vyhodnocení
5	11. 5. 2018	Liberec	Testování na dráze	Atletický test na 3 km
6	13. – 19. 8. 2018	Krkonoše	Prázdninové soustředění	Mapová, běžecká a vytrvalostní příprava
7	1. – 2. 9., 20. 10. 2018	Trutnov, Praha, Pardubice	Srovnávací testy mládeže	Atletický test na 3 km, psychologické a mapové testy, 0-400 m
8	9. – 11. 11. 2018	Sloup v Čechách	Podzimní soustředění	Zhodnocení sezony, týmové aktivity, informace o nové sezoně

9. Vyhodnocení jednotlivých akcí SCM JO v roce 2018

25. 2. – 4. 3. 2018 Jarní zahraniční soustředění (Pliskovica, Slovinsko)

Jarní prázdniny členové SCM JO strávili ve Slovinsku. V okolí Pliskovice byl uspořádán týdenní tréninkový kemp v náročných klimatických podmínkách – sníh, teplota okolo nuly. Dorostenci si zkusili běhat v nejrůznějších slovinských terénech. Byla připravena řada specifických tréninků, dva tréninky z důvodu počasí a únavy nebyly zorganizovány. Doprava byla zajištěna autobusem z ČR.

Mapy, výsledky, fotografie a komentáře: <http://www.scmjo.cz/archiv/probiha-scm-a-tsm-soustredeni-ve-slovinsku/>

Ubytování: hostel se snídaní, ostatní strava vlastní

Počet účastníků: 35

Trenéři: Dominika Pachnerová, Pavel Pachner, Jan Kočb, Jan Pícek, Daniel Wolf

29. 3. - 2. 4. 2018 Velikonoční mapové soustředění (Písek)

Letošní velikonoční soustředění jsme měli původně naplánované v Černé Vodě (prostory ME 2016, Vidnava atd.), rok dopředu jsme měli zajištěný penzion. Kvůli embargu pro MS 2020 jsme však museli lokalitu operativně změnit, nakonec rozhodnutí padlo na Písek, kde se běžela loni na podzim béčka v pěkném prostoru a oddíl OPI má v okolí města i další mapy. Zázemí celému soustředění poskytl DDM v Písku, plná penze pak byla ve vedlejší budově. Na soustředění jsme absolvovali dva noční tréninky jako příprava na Tiomilu, specifické tréninky, městský sprint a řadu dalšího.

Mapy, výsledky, fotografie a komentáře: <http://www.scmjo.cz/archiv/velikonoce-2018-v-pisku/>

Ubytování: na postelích, plná penze

Trenéři: Matěj Burda, Jan Pícek, Jan Kočib, Adéla Havlová, Tomáš Dlabaja, Kateřina Kašková, Alena Neradová, Dominika Pachnerová, Pavel Pachner.

Počet účastníků: 38.

Duben - červen 2018 Sportovní lékařské vyšetření (Jablonec nad Nisou/Ústí nad Labem)

Pro zájemce bylo objednáno sportovní lékařské vyšetření v ambulanci tělovýchovného lékařství nemocnice v Jablonci nad Nisou a také v univerzitní funkční laboratoři UJEP v Ústí nad Labem. Členové SCM absolvovali sportovní lékařskou prohlídku, všichni obdrželi detailní písemné vyhodnocení vyšetření. V případě diagnostikování různých obtíží byla doporučena další vyšetření. Prohlídky probíhaly v devíti různých termínech.

Počet účastníků: 33.

22. – 30. 4. 2018 Zahraniční soustředění spojené s účastí na Tiomile (Jönköping/Tullinge, Švédsko)

Týdenní soustředění spojené s účastí na štafetových závodech Tiomila byla stěžejní akcí SCM a TSM JO v roce 2018. Do Švédska jsme přijeli devítimístními vozy, které byly více operativnější než například autobus či letadlo. Byly připraveny tréninky na seznámení se s terénem, tak náročnější, které důsledně potrestali každé malé zaváhání a nepečlivost v dohledávce. První část pobytu jsme strávili v klubovně Jönköpings Orienteringsklubb (6 tréninků úterý-pátek), poslední 3 dny pak v klubovně Tullinge SK, kde jsme absolvovali 1 trénink před Tiomilou, Tiomilu a její sledování a závěrečný trénink s TSM Královéhradecko.

Ubytování: klubovny Jönköpings Orienteringsklubb a Tullinge SK, strava vlastní

Trenéři: Matěj Burda, Jan Pícek, Jan Kočib, David Pustai.

Počet účastníků: 24.

11. 5. 2018 Kontrolní atletické testování (Liberec)

V pátek 11. května proběhlo kontrolní atletické testování, které bylo letos oproti plánu bez mapového soustředění. Testování na libereckém městském stadionu se účastnila pouze hrstka nadějí orientačního běhu výběru JO. Většinu zúčastněných čekalo osm okruhů tedy 3000 m v plném nasazení. Někteří účastníci obkroužili na dráze pouze testovacích 1500 m v ostrém tréninkovém tempu. Vzdálenost 3000 m běželi 25. května 2018 s výběrem dorostu v Plzni, kde se budou ucházet o nominaci na MED.

Výsledky, fotografie a komentáře: <http://www.scmjo.cz/archiv/atleticke-testovani-tsm-a-scm-2018/>

Trenéři: Kateřina Kašková, Jan Kočib, Dominika Pachnerová.

Počet účastníků: 12.

13. - 19. 8. 2018 Letní soustředění (Harrachov)

Ve dnech 13. – 19.8.2018 proběhlo letní soustředění výběru dorostenců a juniorů, které bylo situováno do příhraničního města Harrachov. Ubytování jsme byli v místní sklárně, odkud jsme vyráželi na tréninky a cyklovýlety. Soustředění obsahovalo řadu mapových tréninků (nejen v Harrachově, ale i v polských Jakušicích), výjezdy na kole, turistické výlety, exkurze a mnoho dalšího.

Mapy, výsledky, fotografie a komentáře: <http://www.scmjo.cz/archiv/letni-soustredeni-scm-a-tsm-jo/>

Ubytování: na postelích, strava – večere v nedaleké restauraci, ostatní z vlastních zásob

Trenéři: Kateřina Kašková, Jan Kočib, Romana Zabořilová, David Pustai, Jan Pícek.

Počet účastníků: 27.

Září/říjen 2018 Srovnávací testy mládeže (Praha)

První zářijový víkend a následně 20. října proběhly Srovnávací testy mládeže, které definují členskou základnu Tréninkových středisek mládeže. Program se skládal z atletického testu na 3000 m, psychologických a mapových testů a disciplíny nazvané O-400 m. V Praze, Pardubicích a v Trutnově byli přítomni i členové SCM a TSM JO.

Trenéři: Jan Pícek

9. - 11. 11. 2018 Podzimní úvodní soustředění (Sloup v Čechách)

O víkendu 9.-11.11. proběhlo úvodní soustředění TSM a SCM JO dorostu tentokrát situované pod skalní masiv hradu Sloup ve Sloupu v Čechách. Na účastníky čekal pestrý program, při kterém jsme se nejen seznámili s novými členy, ale také jsme řádně protočili nohy na různorodých tréninkových tratích. Hned po příjezdu byla připravena běžecká hra přímo v obci a přilehlém okolí a dále pak seznamovací hry. V sobotu a v neděli pak byly na programu farstované okruhy s hromadným startem, kde byl kladen důraz na kombinaci soustředěného běhu v kopcovitém terénu, kompotech, profesionálně vedený posilovací a protahovací blok, HROB a pochopitelně nechyběl komplexní rozbor postupů.

Mapy, výsledky, fotografie a komentáře: <http://www.scmjo.cz/archiv/uvodni-soustredeni-dorostu/>

Ubytování: na postelích, plná penze.

Trenéři: Adéla Havlová, Jan Kočib, Kateřina Kašková, Jana Kubátová.

Počet účastníků: 29.

10. Vyhodnocení plnění cílů projektu

1) Sestavení skupiny navzájem se motivujících talentovaných jedinců z klubů Ještědské oblasti a zajištění kvalitních podmínek pro přípravu.

Cíl splněn. Na základě výsledků v předchozí závodní sezóně byli vybráni talentovaní závodníci z klubů soutěžících v Ještědské oblasti. Podařilo se vytvořit dobrý tým spolupracujících jedinců, kteří se aktivně zapojili do činnosti SCM JO. Týmový duch se projevuje i navenek například v podobě dresů, čelenek a mikin. Pro soustředění na Tiomile byla vytvořena nová sada dresů. Členové SCM jsou rovněž propojeni v rámci sociálních sítí na internetu. Lukáš Vitebský byl nominovaný na Mistrovství Evropy dorostu a v závodě štafet získal zlatou medaili. Členové SCM JO byli úspěšní i v celostátních soutěžích v OB (přehled výsledků v příloze). V roce 2018 byla zorganizována řada akcí, které mohly dopomoci k uvedeným úspěchům.

2) Trenérské vedení talentovaných závodníků a zajištění širší trenérské podpory SCM JO ze strany oddílů JO.

Cíl splněn. SCM JO nyní disponuje dostatkem trenérů pro zajištění plánovaných akcí. Trenérská rada, která tvoří jádro SCM JO, je ve složení Dominika Pachnerová, Kateřina Kašková, Adéla Havlová, Jan Kočib a Jan Pícek. Mimo to se již pravidelně účastní akcí v pozici trenérů nebo spolupracovníků Tomáš Dlabaja, Alena Neradová, Daniel Wolf, Matěj Burda, David Pustai nebo Romana Zabořilová.

S oddílovými trenéry je navázaná úzká spolupráce na bázi elektronické korespondence a telefonních hovorů.

3) Uspořádat 8 akcí v rámci sekce dorostu SCM JO, které budou zaměřeny na trénink a celkové zlepšení výkonnosti členů SCM JO.

Cíl splněn. Akcí zaměřených na trénink a celkové zlepšení výkonnosti členů SCM JO bylo uskutečněno 8, bohužel kontrolní testování nebylo spojené s dalšími mapovými tréninky. Jedna akce byla přemístěna. Proběhly také dvě zahraniční akce, které však nebyly financované Nadačí OB.

4) Zajištění dalších zdrojů financování SCM OB LK.

Cíl splněn. Mezi další zdroje SCM JO patří grant od ČSOS na činnost TSM. Bohužel se nebylo možné ucházet o grant z programů Libereckého kraje, protože SCM JO nespĺňuje formální požadavky (členové SCM JO jsou primárně členy svých klubů a pro servisní organizace typu SCM nejsou granty určeny).

11. Ekonomické vyhodnocení činnosti SCM OB LK a použití příspěvku Nadace OB

Projekt byl financován z přiděleného grantu Nadace orientačního běhu, ze zůstatku na účtu SCM JO u LKS ČSOS, příjmu od ČSOS a z příspěvků členů SCM JO.

Náklady akcí zařazených do projektu činily celkem **537 297 Kč**, příspěvek z grantu Nadace OB byl **63 000 Kč**.

Vyúčtování akcí v zahraničí a beznákladových soustředění nejsou zde uváděny, nebyl na ně použit příspěvek Nadace OB. Akce byly pořádány společně pro SCM a TSM Ještědské oblasti. Část nákladů tedy převzalo TSM Ještědské oblasti.

ID	Datum	Místo	Akce	Náklady na akci celkem	Příspěvek z grantu nadace OB
1	25. 2. – 4. 3. 2018	Slovinsko	Jarní zahraniční soustředění	180 058 Kč	0 Kč
2	29. 3. – 2. 4. 2018	Písek	Velikonoční soustředění	74 287 Kč	27 033 Kč
3	24. – 29. 4. 2018	Švédsko	Soustředění spojené s Tiomilou	180 775 Kč	0 Kč
4	duben – červen 2018	Jablonec nad Nisou / Ústí nad Labem	Sportovní lékařská prohlídka	31 365 Kč	13 600 Kč
5	11. 5. 2018	Liberec	Testování na dráze	600 Kč	600 Kč
6	13. – 19. 8. 2018	Krkonoše	Prázdninové soustředění	43 067 Kč	12 107 Kč
7	1. – 2. 9. 2018	Trutnov / Praha	Srovnávací testy mládeže	0 Kč	0 Kč
8	9. – 11. 11. 2018	Sloup v Čechách	Podzimní soustředění	27 145 Kč	9 660 Kč
CELKEM				537 297 Kč	63 000 Kč

Prvotní účetní doklady jsou uloženy v účetnictví LKS ČSOS.

12. Informace o činnosti SCM OB LK

SCM OB LK má již od roku 2013 webové stránky <http://www.scmjo.cz/>. Stránky jsou společné pro žákovskou i dorosteneckou sekci, nicméně obě sekce mají na stránkách jasně oddělená data. Web má přehlednou strukturu s možností přihlašovat se na akce přímo přes tuto stránku. Trenéři mají možnost editovat články k jednotlivým akcím a vkládat další data. Po uskutečnění akce jsou zde zveřejněné výsledky, mapy a další informace o soustředění.

13. Předpokládaný další vývoj

LKS ČSOS a kluby Ještědské oblasti mají i nadále zájem pokračovat v provozování Sportovního centra mládeže i v dalších letech.

V příštím období chceme pokračovat ve stávajícím systému akcí, zkvalitnit přípravu členů sportovního centra mládeže na vrcholné akce konkrétně zaměřeným soustředěním a nadále zlepšovat provázanost SCM a SCD a usnadnit přestup talentovaných žáků do SCM.

Děkujeme Nadaci OB za poskytnutou finanční podporu a doufáme, že uspějeme se žádostí i na rok 2019.

Lučany nad Nisou 27. 11. 2018

Jan Pícek
garant projektu

Příloha: Sportovní výsledky členů SCM JO v mezinárodních a celostátních soutěžích 2018

Reg. číslo	Jméno	MED spr.	MED klas.	MED štaf.	MČR NOB	MČR spr.	MČR KT	MČR klas.	MČR sprint. štafet	MČR štafet	MČR družst.	ŽA	ŽB	3000 m	Licence 2018	Licence 2019
1	BOR0000				21.	25.	9.	16.		10.	24.	26	.		A	A
2	BOR0001				4.	9.	14.	17.		10.	24.	16	.	10:19	A	A
3	BOR0253							39.					2.		B	A
4	DOK0001				20.	22.	47.	42.		18.		35	.	9:40	A	B
5	DOK0200				13.	3.	15.	18.		18.		12	.	10:09	A	A
6	PHK0007					39.	41.	23.	28.	8.	7.	32	.	11:18	A	B
7	CHA0050				16.	9.	12.			21.	37.	18	.	12:48	A	A
8	CHA0103					36.	40.	30.	23.		17.	39	.		A	B
9	CHA0202														B	B
10	CHA0252				40.	54.	34.	37.		21.	37.	33	.	12:48	A	B
11	KAS0301														B	C
12	LLI0001				5.	15.	11.			10.		10	.	9:42	A	A
13	LLI0203						51.	69.					10		B	B
14	LTP0104					19.	38.	14.		18.		24	.		A	A

15	LTP0350	Žejdlíková Eliška								15		B	B			
16	STB0199	Dolejší Kateřina	32.	18.			DISK	22.	24.	27		A	A			
17	STB0303	Pachnik Stanislaw										B	C			
18	TJN0257	Linková Lucie	21.	39.	29.	43.	23.	17.	17.	31	14:10	A	B			
19	TJN0006	Nagy Josef	12.	21.	19.	7.	18.	5.	5.	9.	9:45	A	A			
20	TJN0105	Budský Ondřej	29.	26.	17.	34.	DISK	20.	5.	25	9:45	A	A			
21	TJN0151	Rydlová Adéla	8.	17.	7.	5.	18.	12.	5.	6.	12:31	A	A			
22	TJN0152	Mašínová Anna	21.	7.						24	13:00	A	A			
23	TJN0153	Šklíbová Míša		12.	22.	19.	DISK	12.	5.	26	12:46	A	A			
24	TJN0251	Rydlová Magdaléna	16.	24.		35.	18.	12.	5.	20	12:29	A	A			
25	TJN0253	Budská Anna								10		B	B			
26	TJN0256	Nedomlelo- vá Lucie		25.			23.	17.	17.	46	12:53	A	B			
27	TJN0300	Dejnožka Vojtěch							17.	13	12:45	B	B			
28	TJN0302	Vitebský Lukáš	17.	18.	1.	20.	31.	9.	19.	18.	5.	5.	11	10:01	A	A
29	TJN0303	Řehoř Vojta									19	12:42	B	B		
30	TJN0306	Lesák Ondřej				DIS K			17.	3.	11:47	B	A			
31	TJN0350	Vitebská	38.		37.	49.				9.		B	B			

		Eliška											
32	TJN0355	Mrkvičková Veronika										B	C
33	TUR0212	Hájek Kryštof	27.	15.	21.	25.	DISK	22.	11.	15	10:06	A	A
34	TUR0308	Mellan Jonáš				61.			11.	9.	11:35	B	B
35	TUR0250	Šritrová Lenka								7.		B	B
36	TUR0252	Pekařová Jana	10.	6.				8.	11.	12	10:49	A	A
37	VLI0302	Ekert Tomáš										B	C
38	TJN0259	Podrábská Marie	20.	23.	33.	45.	DISK	17.	17.	1.	12:45	B	A
39	VLI0252	Martanová Elin	8.	4.	4.	20.	DISK	10.	7.	7.	12:35	A	A