

Hodnotiaca správa Cyklistického klubu MŠK Žiar nad Hronom, OZ za rok 2015

Cyklisti Mestského športového klubu Žiar nad Hronom zahájili prípravu na sezónu 2015 podľa vopred vypracovaného Plánu športovej prípravy. Realizačný tím tvorili – prezident klubu Ing. Veselý Milan, František Sitora hlavný tréner a manažér, Mackovičová Jana ekonóm, Procner Michal asistent hlavného trénera, Jelža Jozef tréner prípravy, Mudr. Szeghy lekár, Líška Tomáš masér, fyzioterapeut a Peter Doležal mechanik. Do prípravy sa zapojilo 30 cyklistov v piatich vekových kategóriách. Koncepcia prípravy vychádzala z periodizačného plánu výcvikového roka, ktorý bol rozdelený do štyroch tréningových období, ktoré na seba naväzovali.

Prechodné obdobie bolo zamerané na regeneráciu a rehabilitáciu pretekárov po sezóne. V tomto období cyklisti aktívne aj pasívne využívali rôzne formy oddychu po sezóne. Slúžila im k tomu Mestská plaváreň, sauna, ako aj telocvičňa na IV. ZŠ v Žiari nad Hronom. Vybraní pretekári sa doplnkovo začali venovať cyklokrosu. Súčasťou aktívnej regenerácie boli aj pešia turistika. V tomto období sme rozbehli tréningový proces prípravy a mladších žiakov čím sme výrazne rozšírili a omladili tím.

Prípravné obdobie I. bolo zamerané na rozvoj vytrvalosti základnej a silovej ako aj obratnosti v oblasti VTP (CORE) s čiastočným zameraním na oblasť špeciálnej telesnej prípravy vo vyšších vekových kategóriách. Prostriedkami prípravy boli telocvičňa, plaváreň, pešie túry, bežky v oblasti VTP a v oblasti ŠTP trenažéri, valce a cyklokros. V tomto období sme absolvovali aj preteky seriálu Slovenského pohára BIKE PRO v cyklokrose a výcvikový tábor v Krupine zameraný na cyklokros. Absolvovali sme dve krátkodobé výcvikové tábory na Skalke so zameraním na bežecké lyžovanie.

Pretekári klubu zaradený v reprezentačných výberoch Slovenska absolvovali sústredenie na Štrbskom Plese.

Prípravné obdobie II. bolo zamerané na rozvoj a stabilizáciu základnej a silovej vytrvalosti, maximálnej sily, rýchlosti a obratnosti v oblasti VTP ako aj rozvoj základnej a silovej vytrvalosti v oblasti ŠTP. V tomto období nastal postupný prechod od všeobecnej telesnej prípravy k špeciálnej prípravy na bicykli. Podrobili sme sa vstupným funkčným testom v Centre športovej medicíny v Banskej Bystrici.

Vo februári sme absolvovali (kadeti a juniory) prípravné sústredenie v Chorvátsku (Vodice) za účelom najazdenia potrebného objemu km v dobrých klimatických podmienkach.

Výcvikový tábor v Chorvátsku splnil svoj účel, počasie nám prišlo a príprava prebehla podľa plánu.

V marci 2015 sme zopakovali výcvikový tábor v Chorvátsku , tentokrát s celým tímom.

Hlavné obdobie (pretekové) bolo zamerané na stabilizáciu a rozvoj základnej vytrvalosti, špeciálnej silovej vytrvalosti, rozvoj špeciálnej rýchlosti a rozvoj v oblasti špičkovej. Cieľom snaženia v tomto období bolo dosiahnutie vrcholnej športovej formy.

V sezóne 2015 absolvovali cyklisti MŠK Žiar nad Hronom dovedna 64 pretekov, prevažne v cestných disciplínach. Ako doplnkovej sa venovali pretekom Slovenského pohára v horskej cyklistike disciplíne cross-country ako aj Slovenského pohára v cyklokrose.

Výsledky 2015 – zhrnutie

V rámci aktivít Cyklistický klub MŠK Žiar nad Hronom bol organizátorom Majstrovstiev SR v cestnej cyklistike mládeže a premiérov aj ako vybraný pretek kategórie mužov. V sobotu 15.8.2015 sa v Lovči išla časovka jednotlivcov ako Cena Primátora mesta Žiar nad Hronom a v nedeľu 16.8.2015 sa v Lutile išiel cestný pretek jednotlivcov ako Cena Slovalca. Odmenou za úspešne zvládnutie preteku bolo opätovné pridelenie Slovenského pohára mládeže v cestnej cyklistike aj pre rok 2016. Opäť náš klub zabezpečil v objekte IV. ZŠ zrealizovanie celoslovenského Centrálného testovacieho zrazu členov Centier talentovanej mládeže.

Svoju výkonnosť konfrontovali cyklisti MŠK Žiar nad Hronom s našimi západnými susedmi na pretekoch Českého pohára ako aj na spoločnom šampionáte Slovenskej a Českej republiky v Žiline. Juniori Kristián Zimány, Adrián Foltán a Tomáš Meňuš reprezentovali Slovenskú republiku v pretekoch Svetového pohára v cestnej cyklistike (Ncup) ako aj v pretekoch UCI. Zimány a Foltán štartovali na Majstrovstvách Európy v Tartu (Estónsko) a **žiarska cyklistika mala svoje zastúpenie v podobe juniora Adariána Foltána pri najväčšom cyklistickom podujatí Majstrovstvách sveta v USA (Ríthmond) a bola pri historickom úspechu slovenskej cyklistiky ziskom titulu „ Majstra sveta Petra Sagana “.** Junior Ján Gajdošík ako úradujúci Majster republiky v cyklokrose sa predstavil na Majstrovstvách sveta v cyklokrose v belgickom Zolder. Kadeti Adam Foltán a Adrián Žarnovičan štartovali v reprerzentačnom výbere Slovenska na najprestížnejšom podujatí (neoficiálne Majstrovstvá Európy kadetov ASKO Radjugendtour v Austria) ako aj na 38.ročníku Závodu míru najmladších v českom Jevíčku.

Aj napriek výpadku niekoľkých kľúčových pretekárov (ukončenie športovej činnosti) a výraznému omladeniu tímu, podarilo sa cyklistom MŠK v sezóne 2015 splniť a obhájiť 2. miesto v Slovenskom pohári mládeže v cestnej cyklistike a priviesť s republikových šampionátov 9 medailí. Podarilo sa obhájiť výkonnostné kritéria pre pridelenie štatútu Centra talentovanej mládeže. Dodnes tvoria cyklisti MŠK Žiar nad Hronom základ mládežníckej reprezentácie Slovenska , čo je pre nás všetkých krásne poďakovanie za vynaloženú prácu s mladými adeptmi cyklistiky. Ocenením trénerskej práce s mládežou v Žiari nad Hronom bolo menovanie trénera Jozefa Jelžu do funkcie štátneho trénera juniorov Slovenska. Juniori Kristián Zimány a Tomáš Meňuš prešli v sezóne 2016 do kategórie mužov do 23 rokov a nás teší, že pokračujú vo svojej športovej kariére v jedinom profesionálnom tíme na Slovensku v Dukle Banská Bystrica. Medzi priority v sezóne 2015 sme v klube dali rozšírenie členskej základne, hlavne prípravky, ako budúcnosti žiarskej cyklistiky. Podarilo sa nám zabezpečiť personálne obsadenie a zastabilizovať tréningový proces nádejí. Oživením v klube je príchod dievčat, ktoré sú veľkou perspektívou do budúcnosti. Za túto záslužnú prácu s mládežou, patrí poďakovanie všetkým trénerom, ale aj zapáleným rodičom. Na pretekoch doma i v zahraničí robili žiarski cyklisti vždy dobrú reklamu svojím sponzorom, svojmu mestu, klubu a Slovensku, za čo im patrí právom poďakovanie a uznanie.

Poďakovanie patrí hlavne generálnemu sponzorovi, spoločnosti Slovalco a.s., mestu Žiar nad Hronom, ako aj ostatným sponzorom, ktorých reklamu hrdo nosíme na dresoch. Samozrejme poďakovanie patrí aj všetkým, ktorí nám boli počas sezóny 2015 nápomocní, verili nám a podporovali nás.

Mestský športový klub Žiar nad Hronom, OZ, Jilemnického 2, 965 01 Žiar nad Hronom

Finančná správa za rok 2015

Slovenský zväz cyklistiky	20 085,38
Tržby za reklamu	34 250,00
Darovacie zmluvy	3 100,00
Členské príspevky	1 000,00
Klubové príspevky	1 360,00
Finančné riaditeľstvo 2%	337,29
Úroky	0,33
Výnosy celkom	60 133,00

Spotreba materiálu	11 281,01
Kancelárske potreby	153,08
Vitamínová profylaxia	1 872,86
Nákup drobného majetku	9 026,86
PHM	4 663,75
Spotreba materiálu auto	236,09
Opravy	1 179,57
Ubytovanie	14 963,87
Občerstvenie, strava	3 830,50
Regenerácia, wellnes	232,00
Štartovné	1 055,62
Reklama, grafické práce	17,10
Odmena trénerovi	4 200,00
Spiroergometrické vyšetrenie	800,00
Program účtovníctvo – aktualizácia	68,64
Vyšitie, loga, označenie pretekov, ceny na MS v CC Lutilla	2 951,23
registračný poplatok SZC	
Vstup do krytej plavárne	735,10
Prenájom zvukovej aparatúry	600,00
Notárske poplatky 2%	64,99
Cestná daň	247,74
Daň z úroku	0,02
Diaľničné poplatky	532,30
Bankové výdavky	182,00
Poistenie auta	834,24
Náklady celkom	59 719,57

Zostatok:

Pokladňa	35,56
Bankový účet	661,29
Bankový účet	643,27
	1 340,12

V Žiari nad Hronom, 29. 4. 2016

Vypracovala: Mackovičová Jana