*LOGO*

**Vyhodnotenie a plán činnosti v CTM**

*Názov Klubu*

*rok xxxx*

Spracoval:

Dátum:

**Vyhodnotenie činnosti v CTM za rok ...................**

1. Realizačné zloženie:

Predseda klubu:

Tréneri:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Meno | Priezvisko | Uznaná Trénerská trieda |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

1. Vyhodnotenie:

*Stručne popísať činnosť CTM. (turnaje, výcvikový tábor, finančné zabezpečenie, ....)*

1. Zoznam zaradených pretekárov - plnenie výkonnostných cieľov:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Priezvisko a meno | Rok narodenia | Výkonnostný cieľ | Splnenie cieľa |
| 1. |  |  |  |  |
| 2. |  |  |  |  |
| 3. |  |  |  |  |
| 4. |  |  |  |  |
| 5. |  |  |  |  |
| 6. |  |  |  |  |
| 7. |  |  |  |  |
| 8. |  |  |  |  |
| 9. |  |  |  |  |
| 10. |  |  |  |  |
| 11. |  |  |  |  |
| 12. |  |  |  |  |
| 13. |  |  |  |  |
| 14. |  |  |  |  |
| 15. |  |  |  |  |

1. Vyhodnotenie tréningového plánu za rok :

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **CTM** | **TD** | **TJ** | **Hz h. č.** | **Hz č. č.** | **ŠP** | **VP** | **Regenerácia** |
| **Plán** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Skutočnosť** |  |  |  |  |  |  |  |

1. Výsledky testovania:

***Testovacie batérie Útvaru Talentovanej Mládeže /Centrum Talentovanej Mládeže/***\* **-**  u dievčat je dovolené zameniť zhyby na hrazde za výdrž na hrazde.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Priezvisko | Meno | Hĺbka predklonu  /cm/ | Skok z miesta do diaľky  /cm/ | Sed- ľah  2 min.  /Čas/ | Člnkový beh 5x10m  /Čas/ | Šplh lano  /m/ | \*Zhyby,  /max počet/  /čas v min./ | Obiehanie v moste  1 min.  /počet/ | Beh 12min /m/ | Hod panákom 10x  /čas/ | Spory na bradlách  /Max/ |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Plán činnosti v CTM na rok .......................**

1. Realizačné zloženie:

Predseda klubu:

Tréneri:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Meno | Priezvisko | Uznaná Trénerská trieda |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

1. Zoznam pretekárov:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Priezvisko a meno | Rok narodenia | Výkonnostný cieľ |
| 1. |  |  |  |
| 2. |  |  |  |
| 3. |  |  |  |
| 4. |  |  |  |
| 5. |  |  |  |
| 6. |  |  |  |
| 7. |  |  |  |
| 8. |  |  |  |
| 9. |  |  |  |
| 10. |  |  |  |
| 11. |  |  |  |
| 12. |  |  |  |
| 13. |  |  |  |
| 14. |  |  |  |
| 15. |  |  |  |

1. Plán testovania:

*Dodržiavať termíny testovania podľa smernice schválenej VV SZZ.*

1. Tréningový plán:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Obdobie** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Mezocyklus** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Dátum** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Dátum** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Počet týždňov** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **TD** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **TJ** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **HZ(h.č)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **HZ(č.č.)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **VP** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **%** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ŠP** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **%** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Regenerácia** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |