



ČESKÁ RUGBYOVÁ UNIE

Závěrečná zpráva k dotaci

NSA-LOH28-00003/2022/LOH28/5

Za rok 2022

Projekt rozvoje ženského ragby 7 pro období 2022-2028

6.2. 2023 Hana Schlangarová











1. Výkonnostní cíle projektu	3
1.1. Výsledky reprezentací 2022	3
1.2. Výsledkové cíle projektu	4
2. Projekt	5
2.1. Opatření v interních předpisech v rámci ČSRU	5
2.2. Reprezentace	5
2.2.1. Reprezentační kategorie	5
2.2.2. Realizační týmy reprezentací	6
2.2.3. Příprava reprezentací	7
2.2.4. Zdravotní zabezpečení hráček reprezentace	10
2.2.5. Způsob podpory hráček	10
2.2.6. Experti	11
2.2.7. Informační technologie (IT)	12
2.3. Talentovaná mládež	14
2.3.1. Struktura	14
2.3.2. Řízení systému (rozhodovací pravomoci) a vazba na reprezentační kategorie	15
2.3.3. Způsob podpory hráček	15
2.3.4. Trenérské zajištění (vzdělávání, odpovědnost, smlouvy a jejich nastavení)	16
2.3.5. Zdravotní zajištění	16
2.4. Vedení projektu	17
2.5. Materiální vybavení	17
2.6. Spolupráce s kluby	17
2.7. Media a marketing	18

1. Výkonnostní cíle projektu

Obě reprezentační družstva – družstvo dívek U18 a družstvo žen – naplnila výkonnostní cíle projektu pro rok 2022. Plán výsledků reprezentací a posunu v hodnocení národů v letech 2022-2028 tak, jak byl stanoven v koncepci projektu, je uveden v tabulkách 1 a 2.

1.1. Výsledky reprezentací 2022

Výsledek mistrovství Evropy 2022 ženy

POS	TEAM	LISBON 7S	KRAKOW 7S	PTS
1	 POLAND	20	18	38
2	 IRELAND	14	20	34
3	 SCOTLAND	18	14	32
4	 FRANCE	16	10	26
5	 SPAIN	10	16	26
6	 BELGIUM	8	12	20
7	 CZECHIA	12	8	20
8	 GERMANY	6	4	10
9	 ROMANIA	4	6	10
10	 WALES	3	3	6

Zdroj: <https://www.rugbyeurope.eu/women-s-7s-championship-2022/>

Výsledek mistrovství 2022 juniorky U18

POS	TEAM	PRAGUE	PTS
1	 FRANCE	20	20
2	 SPAIN	18	18
3	 IRELAND	16	16
4	 ENGLAND	14	14
5	 CZECHIA	12	12
6	 SCOTLAND	10	10
7	 UKRAINE	8	8
8	 BELGIUM	6	6
9	 PORTUGAL	4	4

Zdroj: <https://www.rugbyeurope.eu/u18-sevens-girls-championship-2022/>

1.2. Výsledkové cíle projektu

ŽENY

	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028
MISTROVSTVÍ EVROPY	EVROPA CHAMPIONSHIP udržení v CHAMPIONSHIP	EVROPA CHAMPIONSHIP udržení v CHAMPIONSHIP	EVROPA CHAMPIONSHIP 9. místo	EVROPA CHAMPIONSHIP 8. místo	EVROPA CHAMPIONSHIP 7. místo	EVROPA CHAMPIONSHIP 6. místo	EVROPA CHAMPIONSHIP 5. místo
kvalifikace LOH		KVALIFIKACE LOH 10. místo	OPRAVNÁ KVALIFIKACE LOH bez účasti			KVALIFIKACE LOH 3. místo (CL VÝZVY) postup do opravné kvalifikace	OPRAVNÁ KVALIFIKACE LOH 2. místo (CL VÝZVY) cesta na LOH
LOH			LETNÍ OLYMPIJSKÉ HRY bez účasti				LETNÍ OLYMPIJSKÉ HRY CL VÝZVY
kvalifikace SVĚTOVÝ POHÁR	KVALIFIKACE WORLD CUP 2022 11. místo				KVALIFIKACE WORLD CUP 2022 8. místo		
SVĚTOVÝ POHÁR	WORLD CUP 2022 bez účasti				WORLD CUP 2026 bez účasti		
SVĚTOVÁ SÉRIE					KVALIFIKACE SVĚTOVÁ SÉRIE účast	KVALIFIKACE SVĚTOVÁ SÉRIE účast	KVALIFIKACE SVĚTOVÁ SÉRIE postup do světové série

JUNIORKY - U18

	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028
MISTROVSTVÍ EVROPY	EVROPA CHAMPIONSHIP do 10. místa	EVROPA CHAMPIONSHIP do 8. místa	EVROPA CHAMPIONSHIP do 7. místa	EVROPA CHAMPIONSHIP do 6. místa	EVROPA CHAMPIONSHIP do 5. místa	EVROPA CHAMPIONSHIP do 4. místa	EVROPA CHAMPIONSHIP do 3. místa

Tabulka 1 Přehled plánu výsledků reprezentací v letech 2022-2028

HODNOCENÍ NÁRODŮ V EVROPĚ:

Oficiální ranking v sedmičkovém ragby není vyhlášen. Umístění zemí v Evropě vychází z analýzy proběhlých soutěží.

Pořadí zemí zohledňuje kvalitu reprezentace a ne pořadí v soutěžích. Z důvodů pandemie by umístění v soutěžích dávalo zkrslující pohled.

Pořadí ostatních zemí v dalších letech pro jednoduchost uvažujeme neměnný. Nelze predikovat.

	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028
1.	VELKÁ BRITÁNIE	VELKÁ BRITÁNIE	VELKÁ BRITÁNIE	VELKÁ BRITÁNIE	VELKÁ BRITÁNIE	VELKÁ BRITÁNIE	VELKÁ BRITÁNIE	VELKÁ BRITÁNIE
2.	FRANCIE	FRANCIE	FRANCIE	FRANCIE	FRANCIE	FRANCIE	FRANCIE	FRANCIE
3.	RUSKO	RUSKO	RUSKO	RUSKO	RUSKO	RUSKO	RUSKO	RUSKO
4.	IRSKO	IRSKO	IRSKO	IRSKO	IRSKO	IRSKO	IRSKO	IRSKO
5.	POLSKO	POLSKO	POLSKO	POLSKO	POLSKO	POLSKO	POLSKO	ČESKO
6.	ŠPANĚLSKO	ŠPANĚLSKO	ŠPANĚLSKO	ŠPANĚLSKO	ŠPANĚLSKO	ŠPANĚLSKO	ČESKO	POLSKO
7.	BELGIE	BELGIE	BELGIE	BELGIE	BELGIE	ČESKO	ŠPANĚLSKO	ŠPANĚLSKO
8.	PORTUGALSKO	PORTUGALSKO	PORTUGALSKO	PORTUGALSKO	ČESKO	BELGIE	BELGIE	BELGIE
9.	ITÁLIE	ITÁLIE	ITÁLIE	ČESKO	PORTUGALSKO	PORTUGALSKO	PORTUGALSKO	PORTUGALSKO
10.	NĚMECKO	NĚMECKO	ČESKO	ITÁLIE	ITÁLIE	ITÁLIE	ITÁLIE	ITÁLIE
11.	RUMUNSKO	RUMUNSKO	NĚMECKO	NĚMECKO	NĚMECKO	NĚMECKO	NĚMECKO	NĚMECKO
12.	UKRAJINA	ČESKO	RUMUNSKO	RUMUNSKO	RUMUNSKO	RUMUNSKO	RUMUNSKO	RUMUNSKO
13.	ČESKO	UKRAJINA	UKRAJINA	UKRAJINA	UKRAJINA	UKRAJINA	UKRAJINA	UKRAJINA
14.	ŠVÉDSKO	ŠVÉDSKO	ŠVÉDSKO	ŠVÉDSKO	ŠVÉDSKO	ŠVÉDSKO	ŠVÉDSKO	ŠVÉDSKO
15.	FINSKO	FINSKO	FINSKO	FINSKO	FINSKO	FINSKO	FINSKO	FINSKO

Tabulka 2 Plán posunu v hodnocení národů v letech 2022-2028

2. Projekt

2.1. Opatření v interních předpisech v rámci ČSRU

Z proběhlé analýzy vnitřních předpisů vyplynula nutnost úpravy některých dokumentů. Byly upraveny následující dokumenty:

- Pracovní manuál realizačních týmů reprezentací
- Dokumenty upravující systém přípravy talentované mládeže

Dále je třeba doplnit následující dokumenty:

- Smlouvy pro účast v systému talentované mládeže
- Metodika zdravotního zabezpečení hráčů ragby
- Metodika identifikace talentované mládeže
- Metodika tréninkového procesu talentované mládeže ragby 7

Na vytvoření těchto dokumentů se momentálně pracuje.

2.2. Reprezentace

2.2.1. Reprezentační kategorie

V ženském ragby 7 fungují 3 reprezentační výběry: kadetky U16, juniorky U18 a ženy. Níže naleznete seznamy reprezentantek kategorií U18 a ženy.

Dívky U18

Aneta Fialová - do 31.7.
Hana Hubincová - do 31.7.
Julie Petříková - do 31.7.
Kristýna Riegertová - do 31.7.
Anežka Skalová - do 31.7.
Natálie Škudrnová - do 31.7.
Štěpánka Sluková
Eliška Pražáková
Natálie Reitzová
Klára Matoušová
Julie Durychová
Ěma Kübelbecková
Anežka Chlupáčová
Ester Fuchsová
Barbora Johnová

Alžběta Hájková
Adéla Zelníčková
Barbora Milinková
Magdaléna Snítlová - od 1.8.
Agáta Holá - od 1.8.
Valerie Vodáková - od 1.8.
Sára Dofková - od 1.8.
Eliška Doležalová - od 1.8.
Beáta Dittrichová - od 1.8.
Karolína Blažíková - od 1.8.
Tereza Rambousková - od 1.8.
Karolína Rálková - od 1.8.
Daniela Mašková - od 1.8.
Tereza Krejčí - od 1.8.
Denisa Jahnová - od 1.8.

Hedvika Maryšková – od 1.8.

Jačková Kateřina - od 1.8.

Ženy

Tereza Bařhová
Veronika Bolfová
Tess Braunerová
Pavřlína Āuprová
Julie Doleřilová
Sára Lea Exnerová
Daniela Ferugová
Věra Gärtnerová
Aneřka Hrubá
řtěpánka Hrubá
Jana Kařková
Veronika Oupicová

Julie Petřiková
Kristýna Plevová
Lucie Roczyn
Aneřka Skalová
Aneřka-Marta Sládková
Lenka Slavíčková
Natálie řkudrnová
Christine Tesařová
Jana Urbanová
Petra Vacková
Pavla Zahrádková

2.2.2. Realizační týmy reprezentací

V roce 2022 byly navýřeny úvazky reprezentačních trenérů a manařerky reprezentace řen. Realizační týmy řen a dívek U18 byly rozřířeny o dalšího fyzioterapeuta, který je vyuříván během turnajů.

Níže naleznete složení jednotlivých realizačních týmů.

Kategorie kadetky U16

Hlavní trenér	Pavel Navrátil
Trenérka	Klára Hladilová
Trenérka	Alexandra řirovnická
Manařerka	Martina Hlaváčová
Fyzioterapeutka	Marta Hrubá

Kategorie juniorky U18

Hlavní trenér	Stanislav Král
Manařerka	Hana Schlangerová
Fyzioterapeutka	Tereza Lavingerová
Fyzioterapeut	Michael Edwin Bramham

Kategorie ženy

Hlavní trenér	Vít Chalupa
Trenér	Jan Maštera
Manažerka	Zuzana Stepanová
Fyzioterapeutka	Barbora Zimová
Fyzioterapeutka	Eliška Němečková

Členové realizačních týmů reprezentací byli podporováni v profesním rozvoji. Proběhlé akce:

Školení WR First Aid in Rugby (Praha) – Barbora Zimová, Eliška Němečková

Školení WR Immediate Care in Rugby (Lotyšsko) - Barbora Zimová, Eliška Němečková

Stáž Ultimate rugby 7s (Anglie) – Klára Hladilová, Pavel Navrátil

Odborný kurz Omniathlete Course "Zvyšování výkonu a prevence zranění ve sportu" – Barbora zimová, Tereza Lavingerová, Eliška Němečková, Jan Maštera

Konference Mosty – Klára Hladilová, Vít Chalupa

2.2.3. Příprava reprezentací

Získané finanční prostředky umožňují výrazně zlepšit podmínky přípravy hráček reprezentačních výběrů. Odpovídající tréninkové prostory a komfortnější zázemí při soustředěních zvyšují kvalitu tréninkového procesu a dávají prostor členům realizačního týmu věnovat se dalším úkolům, nejen zajišťování chodu soustředění. Ještě významnější je pak možnost účasti na akcích v zahraničí – ať už to jsou stáže se zahraničními týmy nebo mezinárodní turnaje. Červeně psané akce v přehledu akcí níže by bez podpory NSA nebyly možné.

Přehled termínů přípravy reprezentačních družstev dle kategorií:

Kategorie kadetky U16

Termín	Akce	Místo konání
8.1.	Regionální sraz	Brno
9.1.	Regionální sraz	Praha
28.-30.1.	Celostátní soustředění	Praha
12.2.	Regionální sraz	Brno
13.2.	Regionální sraz	Praha
25.-27.2.	Celostátní soustředění	Praha
25.-27.3.	Celostátní soustředění	Babice
10.4.	Reprezentační sraz	Praha

24.4.	Reprezentační sraz	Praha
15.5.	Reprezentační sraz	Říčany
29.5.	Reprezentační sraz	Olomouc
17.-19.6.	Celostátní soustředění	Brno
24.-26.6.	Turnaj olympijských nadějí	Praha
25.-28.7.	Stáž UR7s	Anglie
6.-9.8.	Stáž UR7s	Anglie
4.9.	Reprezentační sraz	Praha
10.9.	Regionální sraz	Brno
11.9.	Regionální sraz	Praha
1.-2.10.	Celostátní soustředění	Praha
16.10.	Reprezentační sraz	Praha
23.10.	Reprezentační sraz	Brno
5.-6.11.	Celostátní soustředění	Olomouc
18.-19.11.	Celostátní soustředění	Babice
10.-12.12.	Celostátní soustředění	Boží Dar

Kategorie juniorky U18

Termín	Akce	Místo konání
15.1.	Regionální sraz	Brno
16.1.	Regionální sraz	Praha
28.-30.1.	Celostátní soustředění	Jizerské hory
18.-20.2.	Celostátní soustředění	Praha
4.-6.3.	Celostátní soustředění	Praha
27.3.	Reprezentační sraz	Praha
1.-3.4.	Celostátní soustředění	Brandýs nad Labem
14.-17.4.	Soustředění a turnaj	Francie
6.-8.5.	Celostátní soustředění	Véska
27.-29.5.	Soustředění a turnaj	Belgie
30.5, 1.6.,2.6.,6.6., 8.6., 9.5.	Regionální trénink	Praha
31.5., 7.6., 14.6., 21.6., 28.6.	Regionální trénink	Brno
10.-12.6.	Soustředění a turnaj	Praha
13.6., 15.6., 20.6., 22.6., 29.6.	Regionální trénink	Praha
23.-26.6.	Turnaj olympijských nadějí	Praha
1.-3.7.	Celostátní soustředění	Praha
6.7.	Reprezentační sraz	Brno

7.7., 8.7., 9.7.	Regionální trénink	Praha
12.-17.7.	Celostátní soustředění	Praha
20.-25.7.	Turnaj ME	Praha
30.7.-3.8.	Celostátní soustředění r.n.2006	Vysočina
9.-11.9.	Celostátní soustředění	Praha
20.9., 4.10., 18.10.	Regionální trénink	Brno
7.-9.10.	Celostátní soustředění	Kladno
3.-6.11.	Celostátní soustředění	Pec pod Sněžkou
1.11., 15.11., 29.11., 13.12.	Regionální trénink	Brno
1.-4.12	Celostátní soustředění	Nymburk
17.-18.12.	Celostátní soustředění	Brno

Kategorie ženy

Termín	Akce	Místo konání
8.-9.1.	Celostátní soustředění	Praha
23.1.	Reprezentační sraz	Praha
5.-6.2.	Celostátní soustředění	Praha
20.2.	Reprezentační sraz	Praha
5.-6.3.	Celostátní soustředění	Praha
20.3.	Reprezentační sraz	Praha
1.-3.4.	Celostátní soustředění	Brandýs nad Labem
23.-24.4.	Celostátní soustředění	Slapy
leden – červenec 20x	Regionální trénink	Praha
19.-23.5.	Mezinárodní turnaj	Costa Blanca 7s
27.-29.5.	Celostátní soustředění	Praha
10.-12.6.	Soustředění a turnaj	Praha
17.-19.6.	Celostátní soustředění	Nymburk
22.-27.6.	1. turnaj ME	Lisabon
28.6.-3.7.	2. turnaj ME	Krakov
13.-18.7.	Kvalifikace MS	Bukurešť
4.9.	Reprezentační sraz	Praha
10.-11.9.	Celostátní soustředění	Praha
8.-9.10.	Celostátní soustředění	Praha
14.-17.10.	Mezinárodní turnaj	Elche 7s
5.-6.11.	Celostátní soustředění	Brandýs nad Labem
26.-27.11.	Celostátní soustředění	Praha

30.11...-4.12.	Mezinárodní turnaj	Dubai 7s
----------------	--------------------	----------

2.2.4. Zdravotní zabezpečení hráček reprezentace

Hráčky zařazené v reprezentačních výběrech prošly vstupní fyzioterapeutickou prohlídkou, na kterou navázala pravidelná preventivní fyzioterapie (četnost návštěv dle věkové kategorie viz tabulka 3). Postupně probíhají sportovní lékařské prohlídky.

V případně akutních zdravotních problémů byly hráčky odesílány do smluvených zdravotních zařízení viz zdravotní zabezpečení v kapitole Talentovaná mládež.

Zabezpečení reprezentace zahrnovalo:

- a. Vstupní fyzioterapeutické prohlídky,
- b. Pravidelnou preventivní fyzioterapii,
- c. Sportovní lékařské prohlídky,
- d. Léčení akutních stavů,
- e. Regeneraci.

Frekvence regenerace byla odstupňována dle tréninkové a herní zátěže hráček (viz tabulka 3).

Hráčky	Frekvence preventivní fyzioterapie	Frekvence regenerace
Seniorky	2x měsíčně	1-2x týdně
U18	1x měsíčně	1-2x týdně
U16	1x měsíce	1x týdně

Tabulka 3 Preventivní fyzioterapie a regenerace dle reprezentačních kategorií

2.2.5. Způsob podpory hráček

Hráčky – reprezentantky mají díky projektu následující podporu:

- Adekvátně nastavený celoroční tréninkový program včetně regenerace;
- Odborné trenérské vedení;
- Spolupráce s experty – ragby, kondice, nutriční;
- Zdravotní zajištění – preventivní i akutní zdravotní péče;
- Podpora tréninkového procesu (tréninkové prostory, materiální vybavení, doprava);
- Psychologická podpora;
- Podpora zdravého životního stylu;
- Doplnky stravy;
- Odměny za sportovní výkon (kategorie U18, ženy)
- Zahraniční stáž UR 7s (Anglie) pro vybrané hráčky r.n. 2006-2008

Hráčky se zúčastnily 4denního tréninkového kempu zaměřeného na ragby 7. Kemp pořádal Ultimate rugby 7s pro anglické hráče a hráčky v mládežnických kategoriích. Mezi trenéry na kempech byli angličtí reprezentanti v ragby 7.



Obrázek 1 Stáž UR 7s jižní Anglie

V dalším roce plánujeme doplnit podporu a poradenství v oblasti studijní.

2.2.6. Experti

V rámci projektu byla navázána spolupráce s odborníky v oblastech, které jsou pro úspěšné fungování ve výkonnostním potažmo vrcholovém ragby nezbytností.

Daniel Howells, hlavní trenér kondice

(<https://collaboratesports.com/>)

Daniel je trenér a mentor s 15letou praxí v oblasti elitního sportu. Mimo práce se sedmičkovými reprezentačními týmy Anglie a Velké Británie (příprava na LOH) má osobní trenérské zkušenosti také z baseballu (MLB) a lyžování. Jako mentor spolupracuje s řadou trenérů různých olympijských sportů, včetně paralympijských.

S trenéry reprezentací, resp. regionálních center specializujícími se na oblast kondiční přípravy vypracoval Daniel koncepci kondiční přípravy v jednotlivých kategoriích. Pravidelně probíhaly konzultace připravovaných tréninkových plánů pro seniorskou reprezentaci i jednotlivá regionální centra. Předával konkrétní zkušenosti a postupy pro zefektivnění tréninkového procesu a směřování k vytyčenému cíli. Velkým přínosem jsou nám byly zkušenosti s technologiemi v kondiční přípravě. Ve spolupráci s ním postupně zavádíme

využívání SW pro sledování výkonnosti (GPS), SW pro evidenci a řízení tréninku, SW pro vytváření a sdílení tréninkových plánů.

Jérémy Aicardi, expert ragby

Jérémy je bývalým reprezentantem Francie v ragby 7 (řada turnajů World Sevens Series, LOH 2016). Momentálně je profesionálním trenérem ragby 7. Intenzivně spolupracoval s hlavním trenérem reprezentace žen. Osobně podporoval tým během turnaje ME v Krakově a během turnaje Elche 7s. Na základě shlednutých utkání prováděl analýzu hry a doporučoval zaměření na konkrétní herní aspekty a dovednosti. Během osobní návštěvy v Praze analyzoval také úroveň domácí soutěže a zapojení reprezentantek v ní a připravil pro hráčky dvě tréninkové jednotky zaměřené na domluvené herní dovednosti.

Zuzana Šafářová, expert nutriční

(<https://www.zuzanasafarova.cz/>)

Zuzana je nutriční poradkyně s dlouholetou praxí spolupracující s týmy i jednotlivci z různých sportů. Pomáhá reprezentačním týmům i jednotlivým hráčkám s nastavením vhodného skladby, množství i časového rozložení jídel včetně pitného režimu jak během reprezentačních akcí a pravidelného tréninkového procesu, tak i v období tréninkových omezení. Pomohla také s výběrem vhodných suplementů. Řeší speciální potřeby hráček po úrazech.

2.2.7. Informační technologie (IT)

Využití informačních technologií v tréninkovém procesu i při soutěžích přináší řadu informací, které se dají dále využít v procesu zvyšování výkonnosti. V projektu jsou momentálně využívány následující IT:

- **SW pro evidenci hráček a plánování tréninkového procesu KIS Klubový informační systém**

KIS by měl usnadnit koordinaci sportovní přípravy hráček. Umožní všem stranám (hráčka/rodiče, klub, trenéři systému talentované mládeže, reprezentační trenéři) přístup k tréninkovým plánům, evidenci docházky, zdravotním informacím atd.

V současnosti je využívám v testovacím režimu.

2022/2023 - Repre 7's ženy

Členové na soupisce 2022/2023 - Repre 7's ženy

Moderátor	Aktivní	Kmenový	Člen	Datum narození	Funkce	Police
NE	ANO	ANO	Alena Andrášková	23.12.2003	Hráč	bez zařazení
NE	ANO	ANO	Tereza Bařňová	31.03.1993	Hráč	bez zařazení
NE	ANO	ANO	Veronika Bořňová	20.06.2003	Hráč	bez zařazení
NE	ANO	ANO	Michaela Borovská	04.06.2001	Hráč	bez zařazení
NE	ANO	ANO	Pavla Čučková	20.06.1990	Hráč	bez zařazení
NE	ANO	ANO	Julie Doležilová	02.07.2003	Hráč	bez zařazení
ANO	ANO	ANO	Sára Lea Emeršová	29.10.1998	Hráč	bez zařazení
NE	ANO	ANO	Aneta Fišarová	06.08.2004	Hráč	bez zařazení
NE	ANO	ANO	Věra Gáttnerová	21.09.2002	Hráč	bez zařazení
NE	ANO	ANO	Věra Gáttnerová	21.09.2002	Hráč	bez zařazení
NE	ANO	ANO	Štěpánka Hrubá	17.08.2003	Hráč	bez zařazení
NE	ANO	ANO	Hana Hubincová	28.09.2004	Hráč	bez zařazení
NE	ANO	ANO	Lucie Čuplíková	11.02.1992	Hráč	bez zařazení
NE	ANO	ANO	Veronika Čuplíková	11.02.1992	Hráč	bez zařazení

Obrázek 2 Ukázka Klubového informačního systému (KIS)

- **SW pro sledování výkonnosti hráček (GPS) CATAPULT**

Od září mají kondiční trenéři k dispozici také software pro sledování výkonnosti hráček (GPS) od společnosti Catapult. Jedná se o software One Team a k němu 16 jednotek – trackerů. Systém umožňuje sledovat jednotlivé parametry sportovního výkonu hráček během tréninkové jednotky či utkání.

- **SW pro videoanalýzu a statistické zpracování utkání STATSPRO**



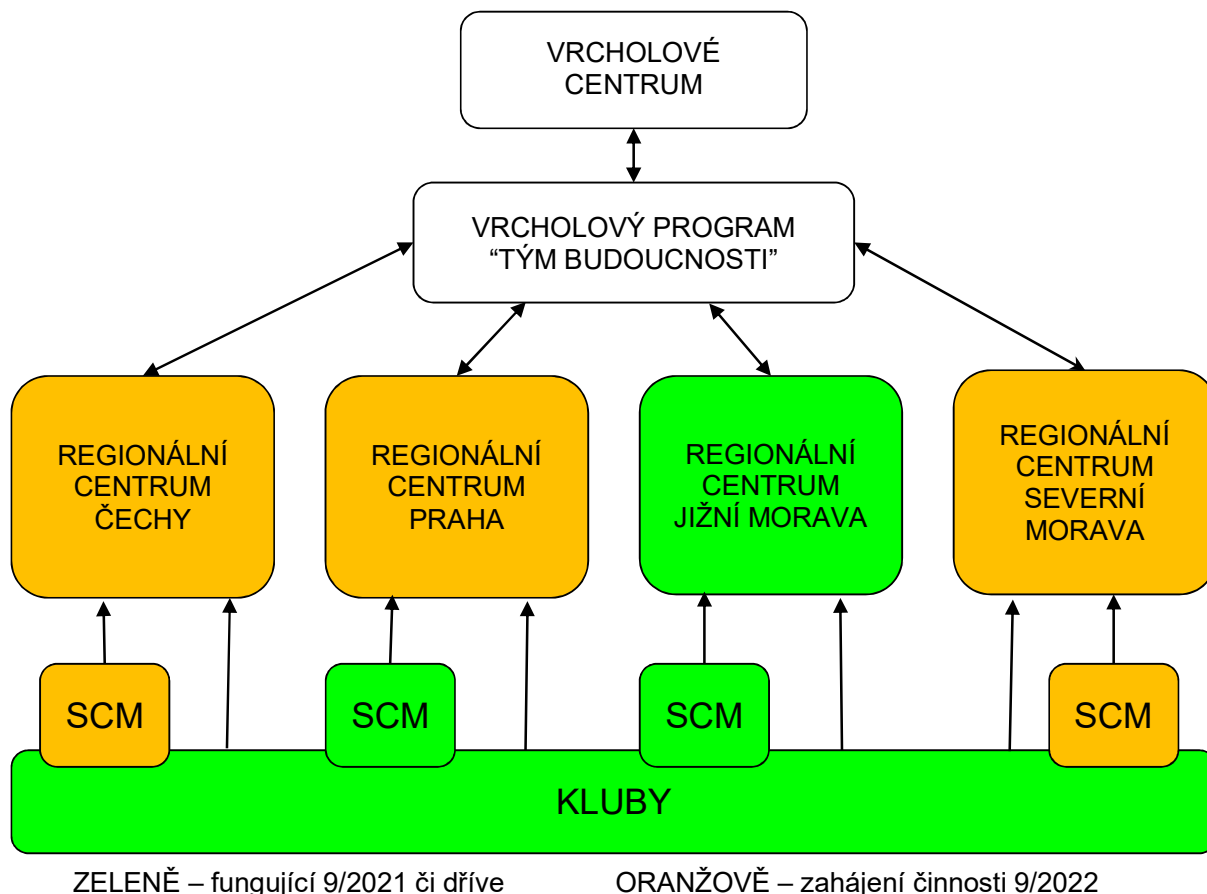
Obrázek 3 Nástroj pro videoanalýzu a statistické zpracování utkání Statspro

- **Nástroj pro tvorbu a sdílení tréninkových plánů TEAMBUILDER**

Teambuilder se osvědčil jako výrazná pomoc pro tvorbu a sdílení tréninkových plánů a zpětnou kontrolu jejich plnění zejména v oblasti kondiční přípravy.

2.3. Talentovaná mládež

2.3.1. Struktura



Obrázek 4 Struktura center talentované mládeže

Sportovní centra mládeže (SCM)

Sportovní centra mládeže se řídí Projektem sportovní přípravy talentované mládeže ČSRU.

Regionální centra (RC)

V oblastech, kde chybí klubová SCM, je suplují Regionální centra (RC). Ta zajišťuje dostupnost po všech stránkách kvalitní sportovní přípravy co nejvyššímu počtu perspektivních hráček. V rámci koncepce zahájila svou činnost během roku 2022 postupně všechna RC. RC pracují s hráčkami v kategoriích U14-U23;

- V oblasti, kde chybí SCM, nahrazuje RC první stupeň rozvoje talentované mládeže

- RC organizují pravidelnou tréninkovou činnost zaměřenou na rozvoj individuálních dovedností a schopností, kondice a rozvoj technicko-taktických dovedností v herním kontextu dle cílů přípravy v jednotlivých kategoriích a LTPD
- RC provádějí kontrolní vyhodnocování sportovní výkonnosti jednotlivých hráčků;
- Hlavním cílem regionálních center je vytvořit předstupeň reprezentační úrovně juniorských národních týmů a development týmu, který bude fungovat na pravidelné bázi;
- RC je vedeno hlavním trenérem RC. Hlavní trenér RC úzce spolupracuje s hlavními trenéry ostatních RC, odpovědnými trenéry SCM a klubovými trenéry zařazených hráček.

Regionální centrum	Počet zařazených hráček	Hlavní trenér(ka)	Kondiční trenér(ka)
Jižní Morava	19	Alexandra Žirovnická	Alexandra Žirovnická
Severní Morava	18	Pavel Navrátil	Michaela Gieselová Jaroslav Vychodil
Praha	47	Klára Hladilová	Sára Lea Exnerová
Čechy	29	Sára Lea Exnerová	Sára Lea Exnerová

Tabulka 4 Trenérské pokrytí a počet zařazených hráček v regionálních centrech

2.3.2. Řízení systému (rozhodovací pravomoci) a vazba na reprezentační kategorie

Systém přípravy talentované mládeže řídí manažerka ženského ragby. Manažerka koordinuje fungování SCM, RC. Dalším krokem je vytvoření vrcholového centra (VC) a realizace projektu identifikace talentů a projektu "Tým budoucnosti". Personální obsazení jednotlivých trenérských postů, expertního poradce, šéftrenéra kondice, hlavního lékaře a hlavního fyzioterapeuta schvaluje VV ČSRU na návrh manažerky ženského ragby.

Výběr hráček do reprezentací probíhá na základě výkonnosti a aktuálního zdravotního stavu z hráček zařazených do SCM/RC/(VC). O výběru hráčky rozhoduje reprezentační trenér.

Koordinaci sportovní přípravy hráček by měl usnadnit software Klubový informační systém (KIS), který umožní všem stranám (hráčka/rodiče, klub, trenéři systému talentované mládeže, reprezentační trenéři) přístup k tréninkovým plánům, evidenci docházky, zdravotním informacím atd.

2.3.3. Způsob podpory hráček

Účastí v programu talentované mládeže získává hráčka následující podporu:

- Adekvátně nastavený celoroční tréninkový program včetně regenerace;
- Odborné trenérské vedení;
- Zdravotní zajištění;
- Podpora tréninkového procesu (tréninkové prostory, materiální vybavení, doprava);
- Podpora zdravého životního stylu

Bude doplněna psychologická podpora a studijní podpora a poradenství.

2.3.4. Trenérské zajištění (vzdělávání, odpovědnost, smlouvy a jejich nastavení)

Trenérské zajištění systému přípravy talentované mládeže představují:

- Trenéři RC
- Trenéři SCM
- Trenéři kondice
- Externí trenéři - trenéři atletiky, gymnastiky, úpolových sportů

Kritéria (požadavky na trenéry, odpovědnost) pro trenérské zajištění systému talentované mládeže jsou součástí dokumentů upravujících systém přípravy talentované mládeže.

Stejně jako členové realizačních týmů reprezentací mají i trenéři pracující s talentovanou mládeží možnost vzdělávání.

2.3.5. Zdravotní zajištění

Hráčky zařazené do regionálních center talentované mládeže procházejí vstupní fyzioterapeutickou prohlídkou, na kterou navazuje pravidelná preventivní fyzioterapie (četnost návštěv tabulka 5). Hráčky mají možnost využívat pravidelně regeneraci. V případě akutních zdravotních problémů jsou odesílány do smlouvaných zdravotních zařízení viz přehled níže.

Zabezpečení reprezentace zahrnuje:

- Vstupní lékařskou a fyzioterapeutickou prohlídku.
- Pravidelné lékařské prohlídky.
- Preventivní fyzioterapii a pravidelnou regeneraci odstupňovanou dle tréninkové a herní zátěže.
- Léčení akutních stavů.

Hráčky dle zařazení	Frekvence preventivní fyzioterapie	Frekvence regenerace
VC	3-4x měsíčně	2-3x týdně

RC	1-2x měsíčně	1-2x týdně
SCM	1x za 3 měsíce	1x týdně

Tabulka 5 Preventivní fyzioterapie a regenerace dle zařazení hráčky

Smluvní zařízení zdravotní péče, se kterými v rámci projektu spolupracujeme:

Centrum sportovní medicíny (Praha) – Speciální sportovní prohlídky a komplexní diagnostika

Body solution clinic (Praha) – Akutní ošetření (ortopedie, ultrazvuk), fyzioterapie, sportovní prohlídky

C.L.P.A. (Praha) – Akutní ošetření (ortopedie), fyzioterapie

FyziOVšem (Praha) – Akutní ošetření (ultrazvuk), fyzioterapie

Rehasport (Praha) – fyzioterapie

MUNI (Brno) – akutní ošetření (ortopedie, ultrazvuk), fyzioterapie, sportovní prohlídky

Mgr. Radka Havlíčková (Brno) – fyzioterapie

Mgr. Marta Hrubá (Olomouc) – fyzioterapie

Mgr. Jitka Foukalová (Zlín) - fyzioterapie

2.4. Vedení projektu

Manažerka projektu: Hana Schlangerová

Administrativní podpora projektu: Kateřina Frýdlová, Alexandra Čechová

2.5. Materiální vybavení

Z prostředků dotace bylo zakoupeno různé materiální vybavení. Zejména:

- Speciální tréninkové vybavení – brány pro měření rychlosti běhu, podložka pro měření výskoku
- Pomůcky pro herní a kondiční tréninky
- Jednotné reprezentační oblečení
- Zdravotnický materiál

2.6. Spolupráce s kluby

Nedílnou součástí projektu je spolupráce s kluby. Postupně probíhají návštěvy v klubech, kde pracují se ženami a/nebo dívkami nebo o zahájení práce s těmito kategoriemi stojí.

V rámci návštěvy jsou sbírány informace o fungování klubu a jeho ženských týmů a jsou diskutovány možnosti spolupráci. Doposud navštívené kluby:

- RC Olomouc
- RC Tatra Smíchov

- Rugby Babice
- RC Strong Girls
- RC Mountfield Říčany
- RC Přebouč
- RC Bystřec
- RK Petrovice
- RA Olymp Praha

Kluby mají možnost spolupráce s rozvojevým trenérem. Jeho posláním je podpora tréninkového procesu formou ukázkových tréninků, observací a zpětné vazby trenérům a individuálního rozvoje trenérů.

2.7. Media a marketing

Výsledky reprezentačních týmů, příprava hráčů v rámci reprezentací a RC/SCM i práce s experty je prezentována dovnitř ragbyové komunity i směrem k laické veřejnosti zejména prostřednictvím webových stránek ČSRU (rugbyunion.cz), sociálních sítí, youtube kanálu českého ragby (<https://www.youtube.com/@czechrugbytv1299>)