

V Praze dne 13.2.2023

Předmět: Zpráva o výsledcích státní reprezentace a vyhodnoc. péče o talentovanou mládež za rok 2022

Tato zpráva je vypracována na základě podmínky uvedené v bodě 24. části III. Rozhodnutí o poskytnutí dotace dle Výzvy č. 18/2021

Obsah zprávy:

I. Státní reprezentace dle jednotlivých kategorií

- a. Senioři
- b. Seniorky
- c. U20 muži
- d. U18 junioři
- e. U16 kadeti
- f. Senioři
- g. Seniorky
- h. U18 juniorky
- i. U16 kadetky

II. Projekt Sportovně Talentované Mládeže



ČESKÉ
RAGBY

Reprezentace mužů ragby

Michal Ouředník | leden 2023



ČESKÉ
RAGBY

Seznamy státních reprezentantů

Jméno reprezentanta
Adámek Tomáš
Bejček Ondřej
Berounský Karel
Calta Václav
Cimprich Martin
Čížek Jakub
Čížek Jan
Diallo David
Diviš Vlastimil
Dřímál Hubert
Dupuy Sam
Faktor James
Fortuin Sheldon
Frank Jiří
Froněk Albert
Grassl Petr
Haš Jan Matěj
Havel Jakub
Hodek Matouš

Jméno reprezentanta
Homer Jakub
Hopp Matyáš
Hošek Dan
Hřebačka Lukáš
Hřebačka Richard
Chytil Lukáš
Jandouš Marek
Jaroš David
Juřík Denis
Kent Anthony
Koblic Adam
Kohout Jan
Kohout Kryštof
Kovář Martin
Král Jakub
Kučera Jan
Kučera Ondřej
Linhart Lukáš
Loutocký Marek

Jméno reprezentanta
Mališ Vít
Mareček David
Maybey Joseph
Miřácký Adam
Miřácký David
Novotný Radek
Pospíšil Jakub
Průcha Patrik
Pytela Pavel
Rygl Daniel
Schmied Jakub
Schütz Zbyněk
Stárka Daniel
Stránský Tomáš
Svoboda Dominik
Šimák Marek
Trefný Robert
Trunečka Radim
Uys Nicolaas
Vomáčka Vojtěch
Young Alex



ČESKÉ
RAGBY

Výsledky v roce 2022

Utkání	výsledek	datum	soutěž
Česko vs. Lotyšsko	54:17	7.5.2022	Conference 1 North (21/22)
Švédsko vs. Česko	28:18	14.5.2022	Conference 1 North (21/22)
Maďarsko vs. Česko	21:41	8.10.2022	Conference 1 North (22/23)
Česko vs. Modavsko	39: 13	11.12.2022	Conference 1 North (22/23)



ČESKÉ
RAGBY

Výsledky v roce 2022

Konečné pořadí Conference 1 North (21/22)
Česko setrvává v soutěži pro nadcházející ročník

Tým (dle pořadí)	Bodový zisk
Švédsko	19
Česko	15
Lotyšsko	5
Lucembursko	4
Maďarsko	2

Průběžné pořadí Conference 1 North
(k 1/2023)

Tým (dle pořadí)	Bodový zisk
Česko	10
Moldavsko	5
Maďarsko	0
Lotyšsko	0
Lucembursko	0



ČESKÉ
RAGBY

XV ŽENY 2022

Kateřina Bařhová | 2. 2. 2023



ČESKÉ
RAGBY

ZÁKLADNÍ INFO

- V roce 2022 realizační tým pracoval celkem s 44 hráčkami a celkově uspořádal 11 srazů.
- Každou středu probíhal v Praze a Brně regionální sraz.
- V realizačním týmu došlo ke změnám na postech asistenta trenéra a fyziio.
- I přes Covidovou pandemii se nám podařilo udržet silnou základnu hráček a aktuálně se nám daří nabírat nové.



ČESKÉ
RAGBY



CÍLE REPREZENTACE

Hlavním cílem reprezentace je hrát **vyrovnaná utkání** proti týmům, které v předchozích letech hrály vyšší výkonnostní úroveň jako jsou Belgie, Německo a Portugalsko.

Cíl se podařilo splnit, když jsme **porazili Belgii** což je velmi kvalitní tým. Zápas s Německem byl vyrovnaný, ale bohužel jsme ho prohráli především kvůli hrubým chybám ke konci utkání.

Dalším krokem je **porazit Finsko**. Toto utkání se odehraje 18.3.2023 v Brně Bystrci.

Důležitým cílem je i **adaptace nových hráček** na tým a rychlé osvojení herního systému.



ČESKÉ
RAGBY

ROZVOJ REPREZENTACE

Plán rozvoje reprezentace XV je začlenit do týmu, co nejvíce hráček, které mají potenciál pro XV a také mladé hráčky. Jakmile se nám podaří zvýšit kvantitu hráček můžeme pracovat na herním rozvoji týmu.

Aby se reprezentace mohla dále posouvat je důležité vytvořit jádro týmu z hráček které si nebudou muset vybírat z akcí reprezentace 7's nebo XV.

Vytvoření domácí XV soutěže žen by pomohlo potencionálním reprezentantkám v herních zkušenostech a zároveň v herním vytížení. Výkonnost našich hráček by šla nahoru.

Reprezentace by potřebovala v nadcházejícím roce více přípravných utkání.





ČESKÉ
RAGBY

REALIZAČNÍ TÝM

Petr Pořízek (RC JIMI Vyškov)

hlavní trenér

Radek Vrána (RC JIMI Vyškov)

asistent trenéra

Kateřina Bařhová (RC Sparta Praha)

Manařerka

Lucie Beneřová

fyzioterapeutka





ČESKÉ
RAGBY

SEZNAM HRÁČEK

RC TATRA SMÍCHOV

Kristýna Jüngerová
Kristýna Plevová
Šárka Kyselová
Petra Jeníková
Alena Andršová
Linda Jakubíčková
Veronika Rátónyi
Viktorie Lančová (Valkyries Normandie RC)



RC SPARTA PRAHA

Dominika Holčíková
Aneta Šmejdivá
Tereza Bařhová
Aneřka Hrubá
řtěpánka Hrubá
Tereza Haffnerová
Pavla Zahrádková
Aneřka Skálová
Sára Lea Exnerová (Lou Rugby Lyon)



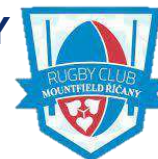
RK PETROVICE

Anna Beneřová
Kateřina Nováková
Alice Matějčková
Michaela Borovská
Petra Vacková



RC MOUNTFIELD ŘÍČANY

Alřběta Sůsová
Věra Gärtnerová
Michaela Kovářová
Renata Frýdlová
Martina Nejezchlebová



RC OLOMOUC

Kateřina Foralová
Olga Půčková
Hana Hubincová (RC Havířov)
Daniela Ferugová (TJ Sokol Mariánské hory)
Vendula Ferugová (TJ Sokol Mariánské hory)



RC JIMI VYŠKOV

Pavlına Čuprová
Zuzana Žarorská
Zuzana Skokanová
Karolína Plzáková/Hudečková



RC DRAGON BRNO

Kateřina Nováková
Kristýna Stará
Bohuslava Hostinská
Simona Jexová (1.RC Slovan Bratislava)



OSTATNÍ

Gabriela řpačková (RC Zlín)
Kateřina Burianová (Portsmouth Valkyries Rugby)
Tessina Braunerová (WASPS FC)
Dominika Havelková (RC Přelouč)



ČESKÉ
RAGBY

TERMÍNY PŘÍPRAVY

1. 5.2.2022 jednodenní soustředění na Markétě
2. 24.4.2022 jednodenní soustředění na Markétě
3. 8.5.2022 jednodenní soustředění Vyškov
4. 11.-12.6.2022 dvoudenní soustředění Petrovice
5. 30.-31.7.2022 dvoudenní soustředění Vyškov
6. 7.8.2022 jednodenní soustředění na Markétě
7. 20.-21.8.2022 dvoudenní soustředění na Markétě
8. 10.-11.9.2022 dvoudenní soustředění Vyškov/TEST MATCH U16 RC Vyškov
9. 23.-24.9.2022 dvoudenní soustředění Vyškov/TEST MATCH R.U. Donau Wien
10. 8.-9.10.2022 dvoudenní soustředění na Markétě
11. 28.-30.10.2022 třídní soustředění na Markétě





ČESKÉ
RAGBY

TERMÍNY REPREZENTAČNÍCH AKCÍ

ME Women's trophy rugby XV

1. utkání Německo-Česko 5.11.2022 – prohra 12:10

2. utkání Česko-Belgie 19.11.2022 – výhra 29:21



MISTROVSTVÍ EVROPY TROPHY - ŽENY

NĚMECKO
vs
ČESKO

Sobota 5. 11. 2022 | 14:30
Hürth, Německo

Podpořte náš národní tým
a sledujte zápas online na
www.rugbyeurope.eu



ČESKÉ
RAGBY







ČESKÉ
RAGBY

VÝSLEDKY REPREZENTACE

Tabulka soutěže po dvou zápasech naší reprezentace.

Na jaře 2023 nás čeká 4.března zápas proti Portugalsku v Lisabonu a 18.března zápas proti Finsku v Brně na Bystrci.

WOMEN'S TROPHY	PLD	W	D	L	F	A	B	PTS
 POR	1	1	0	0	71	5	0	5
 FIN	1	1	0	0	43	5	0	5
 CZE	2	1	0	1	39	33	1	5
 GER	2	1	0	1	17	53	0	4
 BEL	2	0	0	2	26	100	0	0

**DĚKUJI ZA POZORNOST
A
RAGBY ZDAR!**



ČESKÉ
RAGBY

REPREZENTACE U20

Šuster, Roman; Žižková, Šárka 13.2.2022



ČESKÉ
RAGBY

Realizace - AKCE 2022

- 9 víkendových soustředění ČR (květen – říjen)
 - přátelská utkání– Auxerre, U23
- mezinárodní příprava (dotace Cross Border Activities RE)
 - Corendon Summer Camp (USA, Belgie, Nizozemí)
 - test match Belgie U20
- kvalifikace Polsko U20



ČESKÉ
RAGBY

RE Championship U20 -

• **Lisabon** Španělsko

- ČR vs Rumunsko
- ČR vs Německo
- celkově 8. místo – Challenger game



ČESKÉ
RAGBY

Plán - AKCE 2023

- návaznost na akce RSCM
- soustředění ČR – spolupráce s U23
- mezinárodní příprava (dotace Cross Border Activities RE)
 - Corendon Summer Camp (změna formátu U20 - USA, Kanada, Belgie, Nizozemí, Polsko, Portugalsko, namibie, Wales)
 - test matchs: Belgie, Rumunsko, Německo, Polsko
- Challenger game 29.4.2023: vítěz Švýcarsko vs Bulharsko
- RE Championship U20



ČESKÉ
RAGBY

DOTAZY?



ČESKÉ
RAGBY

DĚKUJI ZA POZORNOST



ČESKÉ
RAGBY

Reprezentace U18 2022

Karel Šampalík | 30. 1. 2022



ČESKÉ
RAGBY

Vstupní informace

- Reprezentace U18 navazovala v roce 2022 na průlomový ročník 2021, kdy poprvé v historii hrála ve skupině Championship ME 7s/15 (Gdaňsk/Kaliningrad).
- S hráči ročníků 2004/05 jsme pracovali v průběhu celého roku s ohledem na naše vrcholy a to ME 7s Zabki-Varšava (Polsko), kvalifikace na ME 15, účast na ME 15 Tbilisi (Gruzie).
- Příprava na naše sportovní vrcholy byla ztížena skutečností, že jsme s dostatečným předstihem neznali informace, které se pak často ještě měnily. Jako zcela nevhodný vidíme termín kvalifikace na ME 15.
- V prvním kvartálu roku 2022 jsme s hráči pracovali především v rámci srazů RCM, což umožnilo široké zapojení hráčů ročníků 2004/2005.
- S blížícím vrcholem v podobě ME 7s (7.-10.7.2022) jsme přípravu fokusovali na rugby 7s - avšak s dostatečně širokým kádrem, abychom většinu hráčů rozvíjeli i na následné vrcholy a to kvalifikaci ME 15 a samotné ME 15.



ČESKÉ
RAGBY



Cíle reprezentace U18 7s/15 pro 2022

- Hráče v průběhu roku vybrat a připravit na naše sportovní vrcholy.
- Na ME 7s skupiny Championship U18 umístění do 8. místa.
- Kvalifikovat se na ME 15 skupiny Championship U18.
- V případě splnění předešlého cíle si na ME 15 skupiny Championship U18 uchovat příslušnost k této skupině i pro rok 2023, což znamená vyhnout se kvalifikaci.
- Podílet se na herním rozvoji hráčů a úzce spolupracovat s NT U16 a NT U20

Vyhodnocení cílů reprezentace U18 7s/15

- **Sportovní cíle byly splněny.**
- Na ME 7s Championship jsme vybojovali 5.místo.
- Vítězstvím v kvalifikačním zápase s Polskem jsme si zajistili účast na ME U18 Championship.
- Na ME 15 jsme obsadili 7.místo a tím si uchovali příslušnost ve výkonnostní skupině Championship i pro rok 2023.
- Spolupráce s NT U16 - aktivní účast na kempu v Krakově.



ČESKÉ
RAGBY

System a koncepce přípravy reprezentace U18

- Reprezentace U18 navazuje na činnost v KSCM následně RSCM ve spolupráci s NT U16 a U20. Návaznost koordinuje šéftrenér ČSRU.
- Prvotní výběr hráčů probíhá na základě doporučení trenérů NT U16 (mladší ročník 05), klubových trenérů (04, 05) a motivaci hráčů reprezentovat.
- Užší výběr hráčů probíhá na základě testování (rychlost, síla, rychlostní vytrvalost, herní dovednosti), herních kvalit v reálné hře v rámci klubových zápasů či testovacích zápasů U18, pracovitosti a ochotě reprezentovat ČR.
- Srazy U18 před ME 7s/15 probíhaly formou 1-3 denních srazů s následnými testovacími zápasy.
- Veškeré akce NT U18 byly plně financovány ČSRU, za což děkujeme. K plánování akcí jsme vždy přistupovali střízlivě s vědomím, že možnosti ČSRU nejsou neomezené. Významnou podporu také vnímáme v podobě projektu RSCM/KSCM, který umožňuje trénovat talentovaným a motivovaným hráčům nad rámec jejich tréninků v kategorii U18. Vytvořeno širší portfolio hráčů U18, z kterých je tvořen NT U18.
- Naše veškeré akce byly zajištěny personálně na 100%, za největší přínos považujeme možnost na naši vrcholnou akci ME 15 U18 odcestovat se dvěma fyzioterapeuty. Tři extrémně náročné zápasy v 9 dnech, příprava na ně a následná regenerace vyžaduje toto řešení.

Realizační tým



- Karel Šampalík - hlavní trenér
- Tomáš Kohout - trenér
- Martina Damborová Uys – fyzioterapeutka
- Michael Bramham - fyzioterapeut (ME 15 U18)
- Lukáš Dočkal – manager
- Alexandra Štětina Čechová – manager (ME 7s U18)





ČESKÉ
RAGBY

Seznam hráčů

Nejširší kádr NT U18 2022 celkem 59 (37+22)

Holý Jakub	Říčany	2005
Horn Jonáš	Říčany	2005
Krampera Tomáš	Říčany	2005
Kuchař Jiří	Říčany	2005
Kvaššay Daniel	Říčany	2005
Lacina Kristian	Říčany	2005
Rus Matyáš	Říčany	2005
Šaroch Filip	Říčany	2005
Tomeš Petr	Říčany	2005
Luxemburk Filip	Olymp	2005
Brada Lukáš	Petrovice	2005
Douša Tomáš	Praga	2005
Plíhal Adam	Praga	2005
Houdek Richard	Sedlčany	2005
Jakubů Viktor	Slavia	2005
Hýka Matyáš	Sparta	2005
Marek Matyáš	Sparta	2005
Vilimovský Ondřej	Sparta	2005
Pokorný Josef	Sparta	2005
Martin Černožorský	Tatra	2005
Alois Balák	Tatra	2005
Martin Bloudek	Tatra	2005
David Neužil	Tatra	2005

Fiala Lukáš	Bystrc	2004
Novotný Jan	Bystrc	2004
Tabarka Dan	Bystrc	2004
Opluštil Jakub	Dragon	2004
Cornejo Martin	Dragon	2004
Žižka Adam	Mariánské Hory	2004
Biskup Karel	Petrovice	2004
Hrabánek Antonín	Petrovice	2004
Šamánek Prokop	Petrovice	2004
Horák David	Petrovice	2004
Foubík Vladimír	Praga	2004
Petříček Tomáš	Praga	2004
Milan Malý	Praga	2004
Švikovský Marek	Říčany	2004
Pavlík Patrik	Říčany	2004
Malec Daniel	Říčany	2004
Plíhal Martin	Říčany	2004
Novák Matěj	Říčany	2004
Hlavnička Filip	Říčany	2004
Rada Lukáš	Říčany	2004
Březina Pavel	Slavia	2004
Šulc Vojtěch	Slavia	2004
Hora Matyáš	Slavia	2004
Severýn Jakub	Slavia	2004
Adámek Petr	Slavia	2004
Rázga Patrik	Slavia	2004
Muchka Jan	Sparta	2004
Mortkowitz Saša	Tatra	2004
Palcr Denis	Tatra	2004
Aschenbrenner Max	Tatra	2004
Koblic Štěpán	Tatra	2004
Vobr Antonín	Tatra/ČB	2004
Ščuka David	Vyškov	2004
Váňa Albert	Zlín	2004
Landt Daniel	Zlín	2004
Švagr Bohumil	Sedlčany	2004





ČESKÉ
RAGBY

Termín přípravy reprezentace U18

Příprava 7s/15:

- Sraz Brno 14.4.2022
- Sraz Markéta 15.4.2022
- Sraz Říčany 7.-8.5.2022
- Sraz Říčany 29.5.2022
- Sraz Markéta 4.-5.6.2022
- Prague 7s 11.-12.6.2022
- Turnaj OH 7s 25.-26.6.2022
- Sraz Markéta 2.-3.7.2022
- ME 7s Varšava 7.-10.7.2022
- Sraz Praha 19.-21.8.2022
- Sraz Říčany 25.-26.8.2022
- Sraz Říčany 30.8.-2.9.2022
- Kvalifikace na ME 3.9.2022
- Sraz Praha 17.-18.9.2022
- ME U18 Tbilisi 1.-9.10.2022
- Sraz Říčany 26.11.2022
- Sraz Brno Bystrc 27.11.2022
- Sraz Markéta 10.12.2022

Srazy U18 v rámci RCM:

- Sraz Praha -Brno 8.-9.1.2022
- Sraz Praha – Brno 15.-16.1.2022
- Sraz Praha –Brno 22.-23.1.2022
- Sraz Praha –Brno 12.-13.2.2022
- Sraz Praha 20.2.2022





ČESKÉ
RAGBY

ME 7s U18 Championship 7.-10.7.2022 Zabki-Varšava-Polsko

Konečné umístění 5.místo, sportovní cíl splněn.

Přípravné turnaje:

- Prague 7s (seniorský turnaj) – 3. místo.
- Turnaj OH - obhajoba vítězství z roku 2021, náš druhý team se umístil na 4. místě.
- Kromě standartních srazů jsme v červnu zařadili pravidelné ranní středeční dovednostní tréninky na Tatře

ME zápasy :

- ČR vs Litva 33:19
- ČR vs Israel 41:0
- ČR vs Francie 5:47
- ČR vs Portugalsko 7:43 Quarter-Finals
- ČR vs Německo 21:20 Ranking game
- ČR vs Litva 21:12 Final for 5th Place



Všem hráčům patří poděkování za disciplinovaný přístup jak v přípravě, tak v samotném turnaji. Nutno turnaj zhodnotit jako mimořádně úspěšný, vybojované 5. místo má pro nás hodnotu zlata. Tento výsledek nebude snadné v budoucnosti překonat. Přesto se o to budeme snažit a minimálně se teamům umístěným před námi (Francie, Irsko, Portugalsko, Španělsko) přiblížit.



ČESKÉ
RAGBY

ME 15 U18 Championship 1.-9.10.2022 Tbilisi-Gruzie. Konečné umístění 7.místo - sportovní cíl splněn .

kvalifikace:

- ČR vs Polsko 23:10 (18:5)

ME 15 U18 zápasy :

- ČR vs Gruzie 0:76 (0:36)
- ČR vs Holandsko 5:27 (0:17)
- ČR vs Rumunsko 10:8 (10:5)



- Vystoupení na ME hodnotíme úspěšně, sportovní cíl splněn, zachovali jsme si příslušnost ve skupině Championship i pro rok 2023 bez nutnosti hrát kvalifikaci.
- V zápase s Gruzii byl soupeř po všech stránkách na vyšší úrovni, turnajem prošel suverénně a ohájil titul ME, tento tým patří nesporně v kategorii (nejen) U18 do světové špičky.
- V druhém zápase proti Holandsku jsme čelili velké výškové a váhové převaze soupeře, za cenu sebeobětování se nám s výjimkou 15 minut v prvním poločase dařilo soupeře ubránit. Naše produktivita však stačila pouze na položení jedné pětky. Jsem přesvědčen, že v budoucnu se soupeři můžeme herně a výsledkově přiblížit.
- V posledním zápase jsme dokázali porazit Rumunsko, jednalo se o dramatické vítězství vůle a nadšení. I přes četná zranění jsme byli schopni produkovat pestrou hru. Poděkování patří všem hráčům U18, realizačnímu teamu a všem našim příznivcům a podporovatelům.



ČESKÉ
RAGBY

REPREZENTACE ČR

U16

2021/22

Filip Vacek, Ondřej Loučka | 24. 1. 2023



ČESKÉ
RAGBY

Základní info

- Reprezentace U16 byla znovu nastartována po covidové pauze na podzim 2021 několika regionálními srazy RSCM, kterých se účastnilo 130 hráčů ročníku 2006/2007.
- Následně byl vybrán širší kádr reprezentace cca 55 hráčů, s kterými jsme pracovali průběžně po celý rok do 10/2022.
- Důvodem byl změněný (2022) systém mládežnických ME U18/20, které jsou nově na podzim, a proto došlo k posunutí reprezentačního cyklu na listopad-listopad. Hráči díky tomu přímo přechází po skončení cyklu U16 do reprezentace U18 a stejně tak je to i z reprezentace U18 do U20.



ČESKÉ
RAGBY



Cíle reprezentace U16

RT U16 využíval a úzce spolupracoval s projektem RSCM, který je zaměřen na přípravu talentované mládeže v ČSRU.

Součástí přípravy byla koordinace s SCM v rámci klubů a pravidelných regionálních srazů RSCM, na které navazovala soustředění širšího výběru reprezentace U16. Ta měla za cíl identifikovat minimálně 50 talentovaných a motivovaných hráčů, kteří budou připraveni ve vyšších kategoriích reprezentovat ČR v mezinárodních soutěžích.

System a koncepce přípravy reprezentace U16

- a) Reprezentace U16 je řízena ve spolupráci s šéftrenérem mládeže ČSRU a metodicky je navázána na práci v RSCM a reprezentacích U18/20/senioři.
- b) Výběr a příprava hráčů je koordinována s reprezentačním výběrem U14, tak aby hráči přicházeli s požadovanou úrovní dovedností.
- c) Díky omezeným finančním prostředkům byla příprava realizována formou 1-2 denních srazů a následných kontrolních utkání na mezinárodní úrovni.
- d) Podpora spočívala zejména ve zdravotním, personálním zabezpečení, finančním příspěvku na přípravu. Významnou podporou byl projekt RSCM/SCM, který umožnil společnou přípravu a identifikaci talentovaných hráčů díky spoluúčasti reprezentačních trenérů na tomto projektu.
- e) Hráči byli opakovaně testováni a na jejich základě jim byly nastaveny cíle, které plnili ve spolupráci s klubovými trenéry. V případě opakované neúčasti, nebo nesplnění základních cílů byli hráči z reprezentační přípravy vyřazeni.
- f) Každá akce byla zdravotně zabezpečena účastí fyzioterapeutky, která hráčům s hráči pracovala i mimo reprezentační akce.



ČESKÉ
RAGBY

REALIZAČNÍ TÝM

- Filip Vacek, RC Tatra Smíchov – hlavní trenér
- Ondřej Fořt, Mountfield Říčany – trenér
- Jiří Vrána, RC Brno Bystrc – trenér
- Ondřej Loučka, RC Tatra Smíchov – trenér
- Kristýna Hofmannová – fyzioterapeutka
- Petra Tročilová - manažerka





ČESKÉ
RAGBY

Seznam hráčů

RC Tatra Smíchov

- Ondřej Černý
- Václav Flégl
- Dan Komárek
- Matouš Krakovský
- Šimon Kroupa
- Pavel Kruse ©
- Šimon Melichar
- Dan Šrejma
- David Surga
- Alex Aschebrenner
- Jakub Vanický
- Jáchym Koudelka
- Tomáš Pták
- Jakub Vacek
- Filip Kretík

RC Mountfield Říčany

- Michal Adamec
- Matyáš Fořt
- Oliver Lacina
- Eduard McLaughlin
- Vojtěch Nevický
- Matěj Palata
- Martin Pračka
- Matěj Sehnal
- Ondřej Sehnal
- Lukáč Strnad
- Jan Prokop
- Daniel Tuharský

RC Slavia Praha

- Filip Hamouz
- Ondřej Hejduk

• Tomáš Nedbal

- Lukáš Crha
- Štěpán Bouček

RC Sparta Praha

- Vítek Vrabec
- Daniel Szabó

RC Petrovice

- Jakub Suchomel
- Prokop Sládek
- Břetislav Šubrt

RC Praga

- Hugo Žák
- Kryštof Uchytíl

RK Úžice

- Jan Vobořil

RA Olymp

- Josef Švarz

RC Brno Bystrc

- Šimon Hřebíček
- Matěj Sodomka
- Tibor Svída
- Daniel Urban

Dragon Brno

- Vendelín Růžička
- Mikuláš Tichý

RC Olomouc

• Jáchym Hájek

- Matěj Švec

RC Zlín

- Matěj Jaroněk



ČESKÉ
RAGBY

Termíny přípravy reprezentace U16

- 1) Regionální výběry 17./24.10.2021 (Brno, Praha)
- 2) Soustředění širšího výběru/RSCM 7.10.2021 (Praha)
- 3) Soustředění širšího výběru 7.11.2021 (RC Tatra Smíchov)
- 4) Soustředění širšího výběru/RSCM 15.1.2022 (Praha)
- 5) Regionální výběry 22./23.1.2022 (Praha/Brno)
- 6) Soustředění širšího výběru/RSCM 12.2.2022 (Praha)
- 7) Regionální výběry 19./20.2.2022 (Praha/Brno)
- 8) Soustředění širšího výběru 8.5.2022 (RC Tatra Smíchov)
- 9) Soustředění širšího výběru 29.5.2022 (RC Tatra Smíchov)
- 10) Soustředění širšího výběru/RSCM 1.-2.10.2022 (Praha/Brno)
- 11) Soustředění širšího výběru 26.10.2022 (Praha)





ČESKÉ
RAGBY

Termíny reprezentačních akcí U16

- 1) Lyon (soustředění a 2 utkání ČR vs Bourgoin-Jallieu, ČR vs Lyon) 25.-28.11. 2021
- 2) Frankfurt 25.-26.3.2022
- 3) Itálie, Milán 2.-5.6. 2022
- 4) Turnaj Olympijských nadějí 7s, 25.6.2022
- 5) Mezinárodní turnaj 7s Heidelberg, 24-26.6.2022
- 6) Krakow 27.-30.10.2022 (společné soustředění národních týmů Polska, Německa, ČR + 4 utkání)





ČESKÉ
RAGBY

REPREZENTACE ČR

Rugby 7s senioři



ČESKÉ
RAGBY

Seznamy státních reprezentantů

1. Bastl Lukáš	RC Dragon Brno
2. Berounský Karel	RC Tatra Smíchov
3. Čížek Jakub	RC Přelouč
4. Čížek Matěj	RC Sparta Praha
5. Dupuy Samuel	RCM Říčany
6. Fortuin Sheldon	RC Sparta Praha
7. Frinta Jan	RCM Říčany
8. Froněk Albert	RC Praga
9. Havel Jakub	RCM Říčany
10. Hopp Matyáš	RC Praga
11. Hošek Dan	RC Praga
12. Hrdlička Jakub	RC Slavia Praha
13. Hřebačka Richard	RC Sparta Praha
14. Juřík Denis	RC Zlín
15. Koblic Adam	RC Tatra Smíchov
16. Kohout Jan	RC Přelouč
17. Kohout Kryštof	RCM Říčany
18. Mališ Vít	RC Mariánské Hory
19. Miřácký Adam	RC Slavia Praha
20. Miřácký David	RC Slavia Praha
21. Náse Sebastian	RC Praga
22. Neužil Michael	RC Tatra Smíchov

23. Pospíšil Jakub	RC Slavia Praha
24. Rygl Daniel	RC Tatra Smíchov
25. Řanda Čestmír	RC Tatra Smíchov
26. Severýn Matěj	RC Slavia Praha
27. Schütz Zbyněk	RC Dragon Brno
28. Stárka Daniel	RC Tatra Smíchov
29. Suchopár Albert	RCM Říčany
30. Šampalík Karel	RC Tatra Smíchov
31. Šenk Martin	RC Dragon Brno
32. Ševčík František	RC Slavia Praha
33. Šimák Marek	RC Tatra Smíchov
34. Šmolcnop Jan	RCM Říčany
35. Pelus Matěj	RC Tatra Smíchov
36. Bejček Ondřej	RC Sparta Praha
37. Košata Adam	RC Tatra Smíchov
38. Otto Benotti	RC Praga
39. Dufek Jindřich	RCM Říčany
40. Formánek Matěj	RCM Říčany
41. Háš Jan	RCM Říčany
42. Kobián Kryštof	RCM Říčany
43. Selix Jakub	RCM Říčany
44. Čížek Jan	RC Přelouč



ČESKÉ
RAGBY

Plán a skutečnost účasti

Mezinárodní turnaj Amsterdam 7s	3.-4. místo	Červen
Mezinárodní turnaj Prague 7s	1. místo	Červen
ME 7s – 1. turnaj Championship (Lisabon)	8. místo	Červen
ME 7s – 2. turnaj Championship (Krakow)	9. místo	Červenec
Kvalifikace na MS – turnaj (Bukurešť)	9. místo	Červenec



ČESKÉ
RAGBY

Závěrečné hodnocení

Do půlroční přípravy pro tuto sezónu, jsme vstupovali se 14 hráči, kteří měli nadstandardně více či méně postavené hráčské smlouvy oproti klasické reprezentační smlouvě s unií. Měli specializovanou kondiční přípravu a ragbyové tréninky se specializací na ragby 7s.

Jistý efekt to určitě mělo s ohledem na docházku na tréninky, ale vzhledem k ostatním okolnostem to hodnotím v tomto případě, jako ne úplně správný krok. Tento způsob by měl potřebný efekt v momentě, kdybychom vyčlenili například 20 hráčů, kteří by v tomto období praktikovali pouze ragby 7s a připravovali by se pouze na vrchol, naší sezóny.

Praxe byla tedy taková, že hráči se připravovali kondičně pod námi i na soutěž ragby XV, absolvovali tři kolektivní ranní TJ s námi zaměřené na kondiční a silovou přípravu spolu s tréninky ragby. Dále docházeli v klubech na tréninky, kde byl brán ohled na jejich zatížení, stejně tak v naší přípravě bylo zohledněno, že hráči praktikují ragby XV. Zde narážíme na první problém, výkonnostní úroveň Championship, je samozřejmě kvalitativně jinde než úroveň Trophy. Vše se odehrává ve vyšší rychlosti a vyšší intenzitě.

Přestože si myslím, že jsme se po celou dobu kvalitně připravovali a ve finále byli hráči po kondiční stránce připraveni velmi dobře na klubovou sezónu ragby XV. V momentě, kdy byla soutěž rozehrána, jsme již netrénovali v potřebné rychlosti a intenzitě. Jednoduše proto že, hráči přijdou na úterní ranní trénink ještě rozbolavělí ze sobotního utkání s menšími zraněními. Ve středu hráči můžou podstoupit vyšší zatížení, ale ve čtvrtek už opět musíme ubrat, aby hráči byli opět v optimální stavu pro další sobotní utkání. Hráči samozřejmě nadále absolvují i klubové tréninky.

Je to tedy velmi komplikovaný proces, jak vše vyladit, aby hráči nebyli přetrénováni, a to i přesto, že mají v zázemí Dukly možnost kvalitní regenerace. K tomu přidáme nabitý kalendář, kdy stále jedni a ti samí hráči absolvují i reprezentační srazy a utkání za reprezentaci XV. Je toho tedy velmi mnoho, co musí zvládnout. Na závěr tedy, když odehrají celé ragby XV, měli tři týdny na to, aby doléčili zranění, mentálně se připravili na vrchol naší sezóny a ideálně se ještě stihli posunout kondičně, aby byli plně připravení.

V rámci těchto tří týdnů jsme absolvovali více jak týdenní soustředění v Holandsku, které bylo kvalitní a dva přípravné turnaje pod hlavičkou Dukly. S průběhem této přípravy a výsledky jsem byl spokojen. Bohužel na úroveň Championship, je to málo. Myslím, že jsme potřebovali mít minimálně o jeden přípravný turnaj více, třeba už v květnu. Více odpočaté hráče, mentálně i fyzicky a aktivní kádr alespoň s 20 hráči. Moci více trénovat ve vyšší rychlosti a intenzitě.

Ve finální nominaci na reprezentační akce jsem vsadil více na zkušenosti, starší a vyzrálejší hráče, možná to byla chyba, ale bylo to v mé kompetenci. Oproti minulému roku, kdy jsme zažívali samé úspěchy, to byla letos jízda opačným směrem. Jsem připravený zodpovědět všechny otázky VV a přijímám odpovědnost za herní projev reprezentace a dosažené výsledky ČR 7s pro tento rok.



ČESKÉ
RAGBY

REPREZENTACE ČR ŽENY 7's - 2022



RUGBY
WORLD CUP
SEVENS
SOUTH AFRICA 2022
QUALIFIER

Vít Chalupa 30. 1. 2023



RUGBY EUROPE SEVENS
CHAMPIONSHIP SERIES
2022



ČESKÉ
RAGBY

HRÁČKY REPREZENTACE

	Příjmení	Jméno
1	Doležilová	Julie
2	Gärtnerová	Vera
3	Plevová	Kristýna
4	Sládková	Anežka
5	Tesařová	Christine
6	Baňhová	Tereza
7	Urbanová	Jana
8	Exnerová	Sára Lea
9	Rozcyn	Lucie
10	Zahrádková	Pavla
11	Vacková	Petra
12	Oupicová	Veronika
13	Čuprová	Pavλίna
14	Slavičková	Lenka
15	Petříková	Julie
16	Skalová	Anežka
17	Hrubá	Štěpánka
18	Škudrnová	Natálie
19	Bolfová	Veronika
20	Hrubá	Anežka
21	Kaňková	Jana





ČESKÉ
RAGBY

REALIZAČNÍ TÝM

- Vít Chalupa – hlavní trenér
- Jan Maštera – asistent trenéra
- Barbora Zimová – fyzioterapeutka
- Eliška Němečková – fyzioterapeutka
- Zuzana Stepanová - manažerka





ČESKÉ
RAGBY

Výpis soutěžních akcí:

- **Mistroství Evropy – RE Championship 2022- Lisabon – 1.turnaj (5. místo)**
- **Mistroství Evropy – RE Championship 2022- Krakow – 2.turnaj (7. místo)**
- **Kvalifikace Mistrovství světa - Bukurešť (postup do čtvrtfinále, 6. místo)**



ČESKÉ
RAGBY

Výpis přípravných akcí:

Přípravné turnaje:

- Mezinárodní turnaj COSTA BLANCA 7 's
- Mezinárodní turnaj ELCHE 7's
- Mezinárodní turnaj DUBAI 7's

Soustředění:

- 10 celovíkendových soustředění reprezentace - 5 tréninkových jednotek na soustředění
- 3 jednodenní soustředění - 2 tréninkové jednotky na soustředění

Regionální tréninky - Praha:

- cca 20 regionálních tréninků v Praze (většina hráček reprezentace je z Prahy)



ČESKÉ
RAGBY

Výsledky soutěží

Mistrovství Evropy - Série Championship 2022 (2 turnaje Lisabon, Krakow)

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



ČESKÉ
RAGBY

Výsledky soutěží

Kvalifikace na Mistrovství světa 2022 - Bukurešť:

POOL PHASES

POOL A	PLD	W	D	L	PD	PTS	POOL B	PLD	W	D	L	PD	PTS	POOL C	PLD	W	D	L	PD	PTS
 IRL	3	3	0	0	141	9	 ENG	3	3	0	0	88	9	 POL	3	3	0	0	103	9
 CZE	3	2	0	1	-7	7	 BEL	3	2	0	1	17	7	 ESP	3	2	0	1	45	7
 GER	3	1	0	2	-35	5	 ROU	3	1	0	2	-44	5	 POR	3	1	0	2	-40	5
 WAL	3	0	0	3	-99	3	 ITA	3	0	0	3	-61	3	 SWE	3	0	0	3	-108	3

QUARTERFINALS - vítězové postoupili na Mistrovství světa v Jižní Africe

 IRELAND (36)	▼	PORTUGAL (0)		 ENGLAND (19)	▼	CZECHIA (5)	
 POLAND (43)	▼	GERMANY (0)		 SPAIN (14)	▼	BELGIUM (12)	



ČESKÉ
RAGBY

Výsledky přípravných turnajů

Mezinárodní turnaj COSTA BLANCA7 's – 2. místo

CELKOVÉ POŘADÍ

1.	POLAND
2.	ČESKO
3.	RANDOM RUCKERS (UK)
4.	DELTADRONE TUKS (Southafrica)
5.	PENGUIN INTERNATIONAL (UK)
6.	MARAUDERS (UK)
7.	VIATOR COSTA BLANCA
8.	FINLAND
9.	ANDORRA 7S
10.	SWITZERS (Switzerland)





ČESKÉ
RAGBY

Výsledky přípravných turnajů

Mezinárodní turnaj ELCHE 7's – 4. místo

Zápas o 3. místo:

Česko - Francie - prohra 7:14



Tabulka po základní části - 4. místo nás posunulo do zápasu o 3. místo s Francií

tým	zápasy	výhry	remízy	prohry	+	-	+/-	pětky +	pětky -	body
Polsko	5	5	0	0	181	36	145	29	6	20
Španělsko	5	4	0	1	118	43	75	20	7	16
Francie	5	3	0	2	91	95	-4	15	15	12
Česko	5	2	0	3	73	92	-19	11	16	8
Irsko	5	1	0	4	60	114	-54	10	18	4
Belgie	5	0	0	5	26	169	-143	4	27	0



ČESKÉ
RAGBY

Výsledky přípravných turnajů

Mezinárodní turnaj DUBAI 7's – 9. místo

CELKOVÉ POŘADÍ TURNAJE INTERNATIONAL INVITATION WOMEN

1.	AUSTRALIA A
2.	SOUTH AFRICA DEVELOPMENT
3.	SCION RUGBY
4.	JAPAN WOMEN'S SEVENS DEVELOP.
5.	FRANCE DEVELOPMENT WOMEN
6.	7 FANTASTICS
7.	KENYA LIONESSES
8.	IRELAND INVITATIONAL
9.	CZECH REPUBLIC
10.	DELTA DRONE TUKS WOMENS RUGBY 7
11.	SPAIN A
12.	TUNISIA NATIONAL WOMENS TEAM





ČESKÉ
RAGBY

Vyhodnocení cílů

- Udržení v sérii Championship, umístění do 8.místa - **cíl splněn 7. místo**
- Postup do čtvrtfinále kvalifikace WorldCup sevens - **cíl splněn**
- Herní cíle v Championship **jsme** neočekávaně **předběhli**.
Německo, Rumunsko a Wales jsme vždy porazili, někdy i rozdílem třídy.
Belgii a Španělsku jsme byli vyrovnaným soupeřem. Na Skotsko jsme letos nenarazili.
Proti Irsku a Francii jsme nabrali pár zkušeností. Polsko nás z nebes vždy posadilo rychle na zem
- Postup do čtvrtfinále v kvalifikaci WorldCup sevens - **cíl splněn**
- Mít nejslabšího ze silných pro čtvrtfinále (předpoklad: Španělsko) - **cíl nesplněn**.
Chtěli jsem mít lepší skóre než týmy na druhých pozicích tzn. být čtvrtý nebo pátý.
Před naším zápasem s Irskem jsme měli k dobru 28 bodů v rozdílu skóre nad Belgií, s kterou jsme bojovali na dálku o páté místo. Tímto rozdílem skončil náš zápas s Irskem v Championshipu. Věřili jsme proto , že náš cíl dostat se na páté místo a hrát čtvrtfinále se Španělskem je blízko. Irsko nám ukázalo jak je důležitá pokora na cestě rozvoje.
- Skončili jsme tedy na šestém místě a čekala nás ve čtvrtfinále Anglie. Tam hráčky naplno ukázaly co v nich je a co všechno můžou ještě dokázat. **Nejlepší utkání sezóny.**



ČESKÉ
RAGBY

POŘADÍ ZEMÍ V EVROPĚ:

V roce 2023 bude v soutěžích Velká Británie (v 2022 zvlášť Anglie, Skotsko, Wales)

	2022	2023 (ODHAD)
1.	POLSKO	IRSKO
2.	IRSKO	VELKÁ BRITÁNIE
3.	SKOTSKO	POLSKO
4.	FRANCIE	FRANCIE
5.	ŠPANĚLSKO	ŠPANĚLSKO
6.	BELGIE	ČESKO
7.	ČESKO	BELGIE
8.	NĚMECKO	NĚMECKO
9.	RUMUNSKO	ITÁLIE
10.	WALES	PORTUGALSKO
11.	ANGLIE	RUMUNSKO
12.	ITÁLIE	ŠVÉDSKO
13.	PORTUGALSKO	TURECKO
14.	ŠVÉDSKO	FINSKO



ČESKÉ
RAGBY

DÍVKY U18 2022

RT U18 02.02.2023



ČESKÉ
RAGBY

SEZNAM HRÁČEK

2004

Fialová	Aneta
Hubincová	Hana
Petříková	Julie
Riegertová	Kristýna
Skalová	Anežka
Škudrnová	Natálie

2005

Durychová	Julie
Fuchsová	Ester
Hájková	Alžběta
Chlupáčová	Anežka
Johnová	Barbora
Küblbecková	Ema
Matoušová	Klára
Milinková	Barbora
Pražáková	Eliška
Reitzová	Natálie
Sluková	Štěpánka
Zelníčková	Adéla

2006

Blažíková	Karolína
Dofková	Sára
Doležalová	Eliška
Holá	Agáta
Jačková	Kateřina
Krejčí	Tereza
Malá	Karolína
Mašková Daniela	Hedvika
Maryšková	Karolína
Rálková	Tereza
Rambousková	Magdaléna
Snítílová	Valerie
Vodáková	

2007

Dittrichová	Beáta
-------------	-------



ČESKÉ
RAGBY

PLÁN A SKUTEČNOST ÚČASTI

Mistrovství Evropy U18 2022

Soupiska

Fialová	Aneta
Petříková	Julie
Riegertová	Kristýna
Skalová	Anežka
Škudrnová	Natálie
Durychová	Julie
Hájková	Alžběta
Küblbecková	Ema
Matoušová	Klára
Milinková	Barbora
Reitzová	Natálie
Sluková	Štěpánka
Zelníčková	Adéla





ČESKÉ
RAGBY

VÝSLEDKY

Stanovený cíl

Udržení v nejvyšší úrovni Mistrovství Evropy Championship, umístění do 8.místa

Výsledek Mistrovství Evropy dívek U18 2022

5.místo

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



**ČESKÉ
RAGBY**

**DĚKUJEME ZA POZORNOST
RT U18**



ČESKÉ
RAGBY

DÍVKY U16 2021/22

RT U16 21. 1. 2023



ČESKÉ
RAGBY

SEZNAM HRÁČEK

2007

- Johana Dubská
- Aneta Goldmannová
- Andrea Grossová
- Ráchel Hrabánková
- Adéla Kuchtová
- Klára Kútníková
- Matilda Marks
- Barbora Milotová
- Lucie Petržílková
- Kateřina Prunarová
- Justýna Rochová
- Nadja Svítílová
- Barbora Ševčíková
- Miroslava Švagrová
- Anežka Vávrová
- Klára Žáková
- Leona Vachutková
- Kristýna Kurková
- Kristýna Labuřová
- Natálie Zimmlová
- Anežka Doležalová
- Anna Pupavová

2008 - 2009

- Veronika Antošová
- Barbora Burdová
- Johana Cídllová
- Eva Greenová
- Viktorie Honková
- Marie Kopecka
- Lucie Paloučková
- Ivana Plintová
- Vanesa Soustružníková
- Emílie Jarošová
- Anežka Koutná
- Ema Janušová
- Terezie Kurková
- Klára Jakovcová
- Jana Krylovova
- Justýna Silárszká
- Klára Zezulová
- Edita Nejezchlebová
- Amélie Hana Baštová
- Hanka Příbylová
- Josefina Borecká
- Viktorie Slatinská
- Matylda Kvasnickova
- Natalie Gottwaldová
- Barbora Schejbalová



ČESKÉ
RAGBY

ŘÍZENÍ, PŘÍPRAVA, PODPORA A KONTROLA REPREZENTACE DÍVEK U16

- 1) **Reprezentace U16 je řízena** manažerkou ragby a hlavním trenérem. Trenérky a trenér U16 dodržují roční tréninkový plán (každoročně aktualizován dle úrovně hráček) s plánem kondice, který je řízen kondičním specialistou a koordinován na jednotlivých srazích trenérkou ragby a kondice. Metodický plán vychází z pokynů MKM - metodická komise mládeže ragby.
- 2) **V přípravě hráček** respektujeme věkové zákonitosti a LTPD - Long time player development. Hráčky do 14 let hrají dohromady s chlapci. Hráčky jsou sledovány na základě testů a stanovených požadavků v ragby pro kategorii U16 dívek. Talentované hráčky jsou identifikovány a rozvíjeny v regionálních centrech. Později jsou pozvány na otevřená soustředění NT U16. Na těchto srazích jsou dále rozvíjeny úrovně dovedností a kondice dle výše uvedeného.
- 3) **Příprava probíhá** primárně v klubech. Klubovní trenéři mají k dispozici dovednostní a kondiční požadavky pro hráčky daných ročníků kategorie U16. Po klubové nominaci trenérem ragby, jsou hráčky rozvíjeny v regionálních centrech, kde je identifikován jejich talent. Zde mají možnost se zúčastnit regionálního srazu U16, které zaštiťují reprezentační trenéři ve spolupráci s trenéry RSCM. Poté jsou hráčky pozvány na celostátní srazy a výběrová soustředění pro vrcholnou akci sezóny.
- 4) **Kontrola tréninkového procesu:** Hráčky jsou pravidelně 3x ročně testovány. Jejich výsledky zaznamenány a po vyhodnocení byly hráčkám zaslány plány běhu a kondice specifikované přímo pro ragby a limity pro reprezentaci U16. Tyto plány jsou na každém tréninku realizovány kondičními trenéry v RSCM a výsledky sledovány všemi trenéry, jak v klubu, tak i reprezentaci a následně vyhodnoceny kondičním specialistou a trenérkou ragby a kondice.
- 5) **Podpora spočívá** zejména ve zdravotním, personálním zabezpečení, finančním příspěvku vynaloženým na srazy reprezentace. Významnou podporou je projekt RSCM, který umožnil společnou přípravu a identifikaci talentovaných hráček. Na celém procesu spolupracují trenéři v klubech - RSCM a trenérky a trenéři v reprezentacích. Každá akce byla zdravotně zabezpečena účastí fyzioterapeutky, která s hráčkami pracovala na zlepšení či odstranění pohybových a jiných zdravotních problémů. S některými hráčkami pracovala i nad rámec reprezentace.



ČESKÉ
RAGBY

SPORTOVNÍ KALENDÁŘ 21/22

- 1) Regionální sraz Praha, Olomouc 8/21
- 2) Soustředění širšího výběru, Markéta 10/21
- 3) Soustředění širšího výběru, Markéta 11/21
- 4) Regionální sraz Praha, Brno 12/21
- 5) Regionální sraz Praha, Brno 1/22
- 6) Soustředění širšího výběru, Markéta 1/22
- 7) Regionální sraz Morava 2/22
- 8) Soustředění širšího výběru, Markéta 2/22
- 9) Regionální sraz Morava 3/22
- 10) Soustředění užšího výběru, Babice 3/22
- 11) Otevřený sraz U16 4/22 (2), 5/22 (2), 9/22
- 12) Soustředění širšího výběru, Markéta 6/22
- 13) Regionální sraz Čechy, Morava 9/22
- 14) Herní soustředění širšího výběru Praha 10/22
- 15) Soustředění širšího výběru Olomouc 11/22
- 16) Soustředění užšího výběru Babice 11/22



CELKEM

9 SOUSTŘEDĚNÍ

6 REGIONÁLNÍCH SRAZŮ

5 OTEVŘENÝCH SRAZŮ



ČESKÉ
RAGBY

SPORTOVNÍ AKCE 21/22

- 1) Turnaj U16, Markéta 11/21
- 2) Turnaj Heidelberg 11/21
- 3) Turnaj Olympijských nadějí, Lodž, PL 6/21
- 4) Přípravný turnaj dívek, Olomouc 3/22
- 5) Turnaj Olympijských nadějí, Praha 6/22
- 6) Anglie, Londýn UR7s 7/22, 8/22 pro talentované hráčky



PLÁN A SKUTEČNOST ÚČASTI

- 1) Plán je dodržovat nastavené procesy pro identifikaci talentovaných hráček. Zlepšit spolupráci s klubovými trenéry a udržet kvalitní tréninkový proces na všech soustředěních reprezentace.
- 2) Účast hráček je velice pozitivní. Je současně vlastním zájmem hráček a povinností rodičů hráček směrem k manažerce vykomunikovat vše potřebné. Případně další záležitosti s členy RT U16.
- 3) Skutečnost účastí má vzrůstající charakter. Z širšího výběru 45 hráček ročníků 2007 - 2009 se v roce 2021 zúčastnilo srazů 18 - 24 hráček.
V roce 2022 se počet zvýšil na 25 - 33 hráček.



VÝSLEDKY KATEGORIE U16

- 1) **TON 2021:** viz. foto nahoře, Lodž - vítězky turnaje. Ročník 06-07, kat. U16 - 2. místo
- 2) **TON 2022:** viz. foto dole, Praha - vítězky turnaje. Ročník, 07-08, kat. U16 - 2. místo

- České dívčí výběry tento turnaj několik let pravidelně vyhrávají.

Účastníci TON: ČR, Polsko, Maďarsko a výběr Německa.

- K posunu bychom se potřebovali jednou ročně konfrontovat se zeměmi s profesionální koncepcí, jako je Francie nebo Anglie.





ČESKÉ
RAGBY

TALENTOVANÁ MLÁDEŽ

1) Ultimate rugby 7's Academy Anglii

- 7/22 Barlborough obr. nahoře
- 8/22 Warminster obr. dole

2) Možnost spolupráce s kategorií U18

- observace a propojení akcí,
- tréninkový plán,
- při odpovídající fyzické i mentální stránce možnost nominace do výběru do 18 let jako náhradník.

3) Individuální možnost fyzioterapie





ČESKÉ
RAGBY

REALIZAČNÍ TÝM

- Hlavní trenér U16
Mgr. Pavel Navrátil
- Trenérka U16
Ing. Klára Hladilová
- Trenérka U16 a kondice
Mgr. Alexandra Žírovnická
- Manažerka U16
Ing. Martina Hlaváčová
- Fyzioterapeutka U16
Mgr. Marta Hrubá



ČESKÉ
RAGBY

DĚKUJEME ZA POZORNOST
RT U16



ČESKÉ
RAGBY

Projekt Sportovních Center Mládeže

Roman Šuster | 21. 12. 2021

Popis projektu

Projekt Sportovních Center Mládeže (dále jen “SCM”) svým zaměřením směřuje ke zlepšení výkonnostní úrovně všech reprezentačních kategorií a to od kategorie U14 až po kategorii U23 a je zaměřen výhradně na talentované hráčky a hráče s potenciálem vrcholové sportovní výkonnosti. Naopak se nejedná o program určený k rozvoji komunitní úrovně ragby.

Základním principem rozvoje je vytvoření struktury poskytující možnost kvalitnější sportovní přípravy v rámci klubu, na kterou bude navazovat struktura regionálních center a dále reprezentačních výběrů s cílem zlepšit funkčnost tréninkového procesu ve smyslu dosažení vyšší míry trénovanosti a základních dovedností hráčů tak, aby se reprezentační trenéři mohli více zaměřit na výběr hráčů, budování týmu a technicko - taktickou připravenost reprezentačních celků.



ČESKÉ
RAGBY



Princip projektu

REPREZENTACE



REGIONÁLNÍ CENTRA



SPORTOVNÍ CENTRA MLÁDEŽE



ČESKÉ
RAGBY

Výběr hráčů


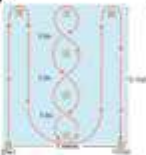


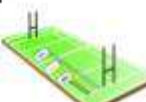
Výběrová kritéria pro zařazování hráčů:

- věkové kategorie (biologické hledisko),
- zdravotní způsobilost (zdravotní hledisko)-platná sportovní
prohlídka
- pohybové předpoklady (motorické hledisko)-testovací přehled



ČESKÉ
RAGBY

Výběr hráčů

Testovací přehled pro SCM										
Název testu	Charakteristika	Provedení	Obrázek	Hodnocení	Limity					
					U14		U16		U19-U23	
					První/druhá řada	Třetí řada útok	První/druhá řada	Třetí řada útok	První/druhá řada	Třetí řada útok
Sprint 30m	Test rychlosti	Startuje z polovysokého startu. Čas měříte stopkami s přesností na 0,1 sekundy.		Zaznamenejte čas	5,3s	5,15s	5,15s	5s	5s	4,85s
Illinois	Test agility (hbitosti)	Hráč z lehu a na zvukový signál vyběhává od kužele směřující start a probíhá dráhu kolem kužele bez dotyku rukou na kužel. Čas je zastaven v momentě, kdy testovaná osoba probíhne kolem		Zaznamenejte čas	17s	16,15s	16,45s	16s	16,30s	15,45s
Skok snožmo	Test explozivní síly dolních končetin	Je stále mírně roztáčeno, špičky nohou těsně u odrazové čáry, nohy rovnoběžně. Hráč provede skok daleký odrazem snožmo (povalený je podřep).		Vzdálenost mělit v cm, zaznamenejte nejlepší ze tří pokusů. Vzdálenost mělit od zadního okraje stopy dopadu k čáře odrazu. Odrazová a dopadová plocha má být na stejné úrovni.	190cm	190cm	210cm	210cm	220cm	220cm
Push up test	Test měří sílově vytrvalostní schopnosti horních končetin a svalových skupin horní části těla.	Muži by měli používat tzv. vojenský způsob, země se dotýkají pouze ruce v šíři ramen a špičky chodidel, trup je napnutý v jedné rovině, hlava v prodloužení		Zaznamenejte celkový počet správně provedených kliků	20	20	25	25	35	35
Bronco	Test měří aerobní vytrvalost	Každý z hráčů běží v kuse 5x: 2x20m+2x40m+2x60m, s tím, že se vždy vrací na čáru startu. V celku uběhne hráč 1200m (5x240m).		Zaznamenejte čas po uběhnutí 5x běhů (5x240m=1200m)	7min	6min	6min30s	5min30s	6min10s	5min10s



ČESKÉ
RAGBY

Počet SCM

- **2021/2022 3 SCM:** Rugby Club Tatra Smíchov, Rugby Club Dragon Brno, Rugby Club Bystrc
- **2022/2023 6 SCM:** Rugby Club Tatra Smíchov, Rugby Club Dragon Brno, Rugby Club Sparta Praha, Rugby Klub Petrovice, Rugby Club Praga Praha, Rugby Club Mountfield Říčany



ČESKÉ
RAGBY

Rugby Club Tatra Smíchov

1. Počet hráčů 2021/2022 – 57 hráčů
2. Počet hráčů 2022/2023 – 50 hráčů



ČESKÉ
RAGBY

Rugby Club Dragon Brno

1. Počet hráčů 2021/2022 – 61 hráčů
2. Počet hráčů 2021/2022 – 54 hráčů



ČESKÉ
RAGBY

Rugby Club Bystřc

1. Počet hráčů 2021/2022 – 55 hráčů



ČESKÉ
RAGBY

Rugby Club Sparta Praha

1. Počet hráčů 2022/2023 – 30 hráčů



ČESKÉ
RAGBY

Rugby Club Praga Praha

1. Počet hráčů 2022/2023 – 53 hráčů



ČESKÉ
RAGBY

Rugby Club Mountfield Říčany

1. Počet hráčů 2022/2023 – 86 hráčů



ČESKÉ
RAGBY

Projekt RSCM

Cílem je vytvořit dostatečnou základnu sportovců s minimálně poloprofesionálními podmínkami, pro přípravu jejich účasti v reprezentačních výběrech, případně v zahraničních soutěžích.

Do projektu jsou především zařazeni hráči SCM, ale i hráči kteří pod tato SCM nespádají.

Jsou předstupněm reprezentací.



ČESKÉ
RAGBY

Projekt RSCM

Regionální sraz Čechy + Regionální sraz Morava + utkání Čechy/Morava



Regionální sraz + utkání Čechy/Čechy Regionální sraz + utkání Morava/Morava



Regionální sportovní centrum Čechy Regionální sportovní centrum Morava



Regionální sportovní centra mládeže



ČESKÉ
RAGBY

Projekt RSCM

Dlouhodobým cílem projektu RSCM je vytvoření pravidelných srazů, soustředění a utkání v obdobích kdy se nehrají klubové soutěže.

Každý sraz je věnovaný konkrétnímu tématu a je k tomu účelu zpracovaná tréninková jednotka.

Zároveň probíhá předselekce hráčů pro reprezentace.



ČESKÉ
RAGBY

Projekt RSCM

1. 2021/2022 8 srazů
2. 2022/2023 6 srazů



ČESKÉ
RAGBY

Projekt RSCM

Příklad TJ:

Struktura TJ U14 KNT Příjem míče a přihrávka					RPE Scale	
Struktura TJ 90min						
Části TJ	Podčásti TJ	Náplň	Minutáž	Intenzita		
Úvodní část	Cílem úvodní části je připravit organismus na hlavní část tréninku.		20min		6	No exertion
	Mentální příprava	Úvodní slovo trenérku: příprava hráčů na disciplinovanou a uvědomělou práci	2min	6	7	
	Rozcvička	Zahřátí a prokrvení organismu: Aktivace srdečně-cévního a dýchacího organismu+protažení hlavních svalových skupin	8min	6-11	8	
	Dovednost/Program Activate	Rozcvička může proběhnout samotnou prací na základní gestu dovednosti (technika) nebo malou hrou: Po obvodu kruhu			9	
		Nebo programem Activate: Activate U15			10	
Zpracování	Příprava organismu jako celku na hlavní část tréninku: Zapojení zdrojů energie pro pohyb, optimalizace funkčnosti jednotlivých funkčních systémů (dýchacího, srdečně-cévního, regulace teploty) a také nervové soustavy	10min	11-13	11	Light	
Hra č.1	Vybraná malá hra v souladu s tématem tréninku: Přihrávkový řetěz			12	Somewhat Hard	
Hlavní část: <i>pokud bude velký počet hráčů je vhodná forma rozdělení hráčů na skupiny, kde potom dvě skupiny hrají hru a jedna pracuje na dovednosti.</i>	Plní hlavní cíl tréninku a z pohledu specializace-ragby, probíhá ve smyslu celku-části-celku. Celkem se myslí hra, pracuje se tedy na prověření dovednosti v herním zatížení. Části se myslí dovednost, kterou je potřeba procvičovat. Posledním celkem se opět myslí hra, která má prověřit odstranění nedostatků v technice hráčů v souladu s tématem tréninkové jednotky.		50min		13	Hard
	Celk	souvislosti s tématem tréninkové jednotky a zvolit tedy vhodnou hru, např. ragby nebo:	20min	13-16	14	Somewhat Hard
	Hra č.2				15	Hard
	Část	Uprostřed hlavní části je potřeba pracovat na dovednosti v souladu s cílem tréninku: Precision passing	10min	11-13	16	Very Hard
	Celk	Na konci hlavní části je potřeba zařadit hru, kterou bychom měli prověřit: slepění trénované dovednosti.	20min	13-16	17	Maximal Exertion
Hra č.3	Two ball touch			18		
Závěrečná část	Cílem této části je zklidnění organismu a zahájení zotavení		20min		19	
	Dynamická	V dynamické části je vhodné ještě zařadit malou hru na procvičení dovednosti: Dovednost Chytání Přihrávání	10min	6-11	20	
	Hra č.4					
	Statická	Protažení a zklidnění organismu-nastartování zotavných procesů	8min	6		
	Zhodnocení	Zopakování klíčových bodů trénované dovednosti, využití zpětné vazby, pozitivní motivace	2min	0		



Dotazy?

Hodnotící zpráva Sportovní Centra Mládeže 2021

Obsah

Hodnotící zpráva Sportovní Centra Mládeže 2021	1
1. Úvod	3
2. Východiska	4
2.1 Výchozí nastavení	4
2.1.1 Odvíjí se především od kritérií hodnocení projektu:	4
2.1.2 Kluby v tomto formuláři vyplňují:	4
2.1.3 Kluby vybírají hráče dle testovacího přehledu	4
2.2 Nastavení procesu SCM	6
2.2.1 Kluby pracují podle předepsané metodiky ČSRU	6
2.2.2 Kluby zasílají průběžné výkazy docházky a monitoring tréninkového zatížení	6
2.2.3 Hodnoty doporučeného tréninkového zatížení vycházejí z případové studie	6
2.3 Zhodnocení	7
2.3.1 Kluby zasílají hodnocení	7
2.3.2 Šéftrenér mládeže vypracuje celkové hodnocení	7
3. Kluby a fakta	7
3.1. Rugby Club Tatra Smíchov	7
3.1.1 Výsledky testů	7
a) 2021	7
U14	7
U16	8
U19	9
b) 2022	9
U14	9
U16	9
U18	10
3.1.2 Docházka	10
a) 2021	10
U14 kategorie	10
U14 SCM	10
U16 kategorie	11
U16 SCM	11
U19 Kategorie	11
U19 SCM	12
3.1.3 Monitoring tréninkového zatížení	12
3.1.4 Hodnocení	12

3.2. Rugby Club Dragon Brno	13
3.2.1 Výsledky testů	13
a) 2021	13
U14.....	13
U16.....	13
U19.....	14
b) 2022	14
U14.....	14
U16.....	15
U18.....	15
3.2.2 Docházka	15
a) 2021	15
SCM ženy/dívky září	15
U14 SCM září.....	15
U16 SCM září.....	16
U19 SCM září.....	16
U23 SCM září.....	16
SCM ženy/dívky říjen	17
U14 SCM říjen	17
U16 SCM říjen	17
U19 SCM říjen	17
U23 SCM říjen	18
SCM ženy/dívky listopad	18
U14 SCM listopad	18
U16 SCM listopad	18
U19 SCM listopad	19
U23 SCM listopad	19
SCM ženy/dívky leden 2022	19
U14 SCM leden 2022	19
U16 SCM leden 2022	20
U19 SCM leden 2022	20
U23 SCM leden 2022	20
SCM ženy/dívky únor 2022	20
SCM U14 únor 2022	21
SCM U16 únor 2022	21
SCM U19 únor 2022	21
SCM U23 únor 2022	21
SCM ženy/dívky březen 2022	22
3.2.3 Monitoring tréninkového zatížení	27
U14.....	27
U16.....	30
U19.....	33
3.2.3.4. U23	36
3.2.4 Hodnocení	39
3.3. Rugby Club Bystrc	41

3.3.1 Docházka.....	41
3.3.2 Monitoring tréninkového zatížení.....	41
3.3.3 Hodnocení.....	41
3.4. Rugby Club Sparta Praha.....	41
3.4.1 Hodnocení.....	41
3.4.2 Monitoring tréninkového zatížení.....	49
4. Hodnocení.....	50
4.1 Srovnání hodnot.....	Chyba! Záložka není definována.
5. Výhledy do budoucna.....	58
6. Seznam příloh.....	59

1. Úvod

V roce 2021 se rozběhl pod záštitou ČSRU projekt Sportovních Center Mládeže (SCM), který si klade za cíl především zlepšení sportovní výkonnosti pro talentované hráče a hráčky v kategoriích U14-U23, tak aby se následně mohli uplatnit v reprezentačních celcích a případně na mezinárodní poli. Navazujícím krokem jsou Regionální Sportovní Centra Mládeže, která jsou organizována ČSRU ve spolupráci se SCM a Realizačními týmy reprezentací.

Činnost SCM je zajišťována prostřednictvím klubů, které dostávají s roční platností status a finanční podporu od ČSRU.

O tomto rozhoduje Výkonný Výbor ČSRU, na základě zpracovaného podkladu od Šéftrenéra mládeže, který posbíral a vyhodnotil žádosti zaslané kluby. Celý projekt navazuje na rozhodnutí o výši poskytnutých finančních prostředků od Národní sportovní agentury, viz. Příloha č.1 Projekt sportovní přípravy talentované mládeže 2021.

V roce 2021 požádaly o status a podporu celkem šest klubů:

Bodové vyhodnocení žádostí klubů o status Sportovního centra mládeže											
ČESKÁ RUGBYOVÁ UNIE		Kritéria								Body	
		Počet licencovaných hráčů a hráček v kategoriích U14-U23, kteří/ě v poslední odehrané sezóně nastoupili do alespoň jednoho soutěžního utkání ČSRU		Počet licencovaných hráčů a hráček v kategoriích U14-U23 zapojených do projektu SCM a soutěží ČSRU		Stupeň lečnických zapojených placených trenérů v projektu SCM-hlavní trenér+trenér		Doba tréninkového týdenního zatížení na hráče v rámci SCM (pod rámec běžných klubových tréninků-minimální 2 tréninkové jednotky týdně)		Součet bodového hodnocení	Umístění
Počet	Jméno Klubu	Vykázaný počet	Body	Vykázaný počet	Body	Vykázaný počet	Body	Vykázaný počet	Body	Celkem body	Pořadí
1	RC Tatra Smíchov	199	8	57	30	2xB	20	2	20	78	2.
1	RC Praha Praha	73	2	40	20	1xB	10	4,5	30	62	5.
1	RC Sparta Praha	78	2	37	20	2xB	20	4	30	72	4.
1	RC Dragon Brno	89	2	61	30	2xB	20	3	30	82	1.
1	RC Bystrc	101	4	55	30	2xB	20	2	20	74	3.
1	RA Olymp Praha	96	4	41	20	1xA, 1xB	30	2	20	74	3.
6		636		291							

Obrázek č.1 Bodové vyhodnocení žádostí klubů 2021

V roce 2021 VV ČSRU udělil status třem klubům: **Rugby Club Tatra Smíchov, Rugby Club Dragon Brno a Rugby Club Bystrc.**

2. Východiska

2.1 Výchozí nastavení

2.1.1 Odvívá se především od kritérií hodnocení projektu:

- Účast týmů ve všech mládežnických soutěžích organizovaných ČSRU;
- Včasné a úplné vyhotovení vyúčtování projektu, plnění povinností v rámci programu;
- Plnění povinností ze strany hlavního trenéra a dalších trenérů;
- Plnění předepsaného tréninkového plánu dle metodiky ČSRU

Kluby předkládají vypracovanou žádost do připraveného formuláře, viz. *Příloha č.2 SCM formulář*


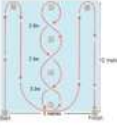


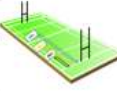
2.1.2 Kluby v tomto formuláři vyplňují:

- Počet licencovaných hráček a hráčů v kategoriích U14 – U23, kteří/é v poslední odehrané sezóně nastoupili do alespoň jednoho soutěžního utkání ČSRU
- Počet licencovaných hráček a hráčů v kategoriích U14 – U23 zapojených do projektu SCM a soutěží ČSRU
- Stupeň licenci zapojených placených trenérů v projektu SCM –hlavní trenér + trenér
- Doba tréninkového týdenního zatížení na hráče v rámci SCM (nad rámec běžných klubových tréninků-minimum 2 tréninkové jednotky týdně)


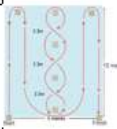


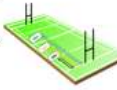
Následně vzniká bodové vyhodnocení.

2.1.3 Kluby vybírají hráče dle testovacího přehledu

- Testovací přehled vydává a aktualizuje Šéftrenér mládeže a podléhá schválení Metodické komise, viz. *Příloha č. 3 Testovací přehled*
- Z důvodu vysokého počtu nesplnění limitů testu Illinois byly limity pro tento test v roce 2022 lehce upraveny, viz. obr. č.2 a obr. č.3

Testovací přehled pro SCM										
Název testu	Charakteristika	Provedení	Obrázek	Hodnocení	Limity					
					U14		U16		U19-U23	
					První/druhá řada	Třetí řada útok	První/druhá řada	Třetí řada útok	První/druhá řada	Třetí řada útok
Sprint 30m	Test rychlosti	Startujte z polovysokého startu. Čas měřte stopkami s přesností na 0,1 sekundy.		Zaznamenejte čas.	5,3s	5,15s	5,15s	5s	5s	4,85s
Illinois	Test agility (hbitosti)	Hráč z lehu a na zvukový signál vybíhá od kužele znázorňující start a probíhá dráhu kolem kuželů bez doteku rukou na kužel. Čas je zastaven v momentě, kdy testovaná osoba proběhne kolem.		Zaznamenejte čas.	17s	16,15s	16,45s	16s	16,30s	15,45s
Skok snožmo	Test explozivní síly dolních končetin	Ze stejné mírně rozkročeného, špičky nohou těsně u odrazové čáry, nohy rovnoběžně. Hráč provede skok daleký odrazem snožmo (povoleno je podřep).		Vzdálenost měřit v cm, zaznamenat nejlepší ze tří pokusů. Vzdálenost měřit od zadního okraje stopy dopadu k čáře, odrazu. Odrazová a dopadová plocha má být na stejné úrovni.	190cm	190cm	210cm	210cm	220cm	220cm
Push up test	Test měří silové vytrvalostní schopnosti horních končetin a svalových skupin horní části těla.	Muži by měli používat tzv. vojenský způsob, země se dotýká pouze ruce v šíři ramen a špičky chodidel, trup je napnutý v jedné rovině, hlava v prodloužení.		Zaznamenejte celkový počet správně provedených kliků	20	20	25	25	35	35
Bronco	Test měří aerobní vytrvalost	Každý z hráčů běží v kuse 5x: 2x20m+2x40m+2x60m, s tím, že se vždy vrací na čáru startu. V celku uběhne hráč 1200m (5x240m).		Zaznamenejte čas po uběhnutí 5ti běhů (5x240m=1200m)	7min	6min	6min30s	5min30s	6min10s	5min10s

Obrázek č.2 Testovací přehled 2021

Testovací přehled pro SCM										
Název testu	Charakteristika	Provedení	Obrázek	Hodnocení	Limity					
					U14		U16		U19-U23	
					První/druhá řada	Třetí řada útok	První/druhá řada	Třetí řada útok	První/druhá řada	Třetí řada útok
Sprint 30m	Test rychlosti	Startujte z polovysokého startu. Čas měřte stopkami s přesností na 0,1 sekundy.		Zaznamenejte čas.	5,3s	5,15s	5,15s	5s	5s	4,85s
Illinois	Test agility (hbitosti)	Hráč z lehu a na zvukový signál vybíhá od kužele znázorňující start a probíhá dráhu kolem kuželů bez doteku rukou na kužel. Čas je zastaven v momentě, kdy testovaná osoba proběhne kolem.		Zaznamenejte čas.	17,15s	16,30s	17s	16,15s	16,45s	16s
Skok snožmo	Test explozivní síly dolních končetin	Ze stejné mírně rozkročeného, špičky nohou těsně u odrazové čáry, nohy rovnoběžně. Hráč provede skok daleký odrazem snožmo (povoleno je podřep).		Vzdálenost měřit v cm, zaznamenat nejlepší ze tří pokusů. Vzdálenost měřit od zadního okraje stopy dopadu k čáře, odrazu. Odrazová a dopadová plocha má být na stejné úrovni.	190cm	190cm	210cm	210cm	220cm	220cm
Push up test	Test měří silové vytrvalostní schopnosti horních končetin a svalových skupin horní části těla.	Muži by měli používat tzv. vojenský způsob, země se dotýká pouze ruce v šíři ramen a špičky chodidel, trup je napnutý v jedné rovině, hlava v prodloužení.		Zaznamenejte celkový počet správně provedených kliků	20	20	25	25	35	35
Bronco	Test měří aerobní vytrvalost	Každý z hráčů běží v kuse 5x: 2x20m+2x40m+2x60m, s tím, že se vždy vrací na čáru startu. V celku uběhne hráč 1200m (5x240m).		Zaznamenejte čas po uběhnutí 5ti běhů (5x240m=1200m)	7min	6min	6min30s	5min30s	6min10s	5min10s

2.2 Nastavení procesu SCM

2.2.1 Kluby pracují podle předepsané metodiky ČSRU

- [Dlouhodobý rozvoj hráče](#)
- [KNT-Duel-Offload](#)
- [KNT-Příjem míče a přihrávka](#)
- [KNT-Individuální obrana-skládka](#)
- [KNT-Komunikace a rozhodování](#)
- [Activate-Úvod](#)
- [Activate kategorie U15](#)
- [Activate kategorie U16](#)
- [Activate kategorie U18](#)
- [Activate kategorie dospělých](#)

2.2.2 Kluby zasílají průběžné výkazy docházky a monitoring tréninkového zatížení

- Výkazy docházky posílají kluby formou, kterou si určí sami (Google formulář, sportovní aplikace, např. Sportlyzer)
- Monitoring tréninkového zatížení probíhá formou určenou ČSRU, viz. *Příloha č. 4 Monitoring SCM 2021-2022*

2.2.3 Hodnoty doporučeného tréninkového zatížení vycházejí z případové studie

- Případová studie byla vypracována Šéftrenérem mládeže jako podklad pro nastavení, srovnání a monitoring tréninkových objemů a intenzit v tréninkovém procesu
- V zásadě si klade za cíl základní srovnání s obecnou hodnotou 10 000 tréninkových hodin a doby kdy se této hodnoty dosáhne nebo ne, viz. *Příloha č. 5 Případová studie pro nastavení celkové doby zatížení pro hráče SCM*

Případová studie pro nastavení celkové doby zatížení pro hráče SCM														
Východiska		Kariéra												
Zdroj zatížení a předpoklad	Rok	Kategorie Věk	Kategorie Věk	Kategorie Věk	Kategorie Věk	Kategorie Věk	Kategorie Věk	Kategorie Věk	Kategorie Věk	Kategorie Věk	Kategorie Věk	Kategorie Věk	Celkové hodiny zatížení po SCM	Celkové hodiny zatížení
Příspěvkáři ze střední a vysoké školy	2x1,5hx35týdnů	U6 4-5let	U8 6-7let	U10 8-9let	U12 10-11let	U14 12-13let	U16 14-15let	U18 16-17let	U20 18-19let	U23 20-22let	U28 23-35 let			
Zatížení klubové tréninky v hodinách	105	160	160	210	210	210	360	360	360	540		2570	3830	
Příspěvkáři ze střední a vysoké školy	3x1,5hx38týdnů													
Zatížení SCM tréninky v hodinách	171	0	0	0	0	342	342	342	342	513		1881	1881	
Příspěvkáři ze střední a vysoké školy	4x1,5hx4týdnů													
Zatížení SCM regiony tréninky v hodinách	24	0	0	0	0	48	48	48	48	72		264	552	
Příspěvkáři ze střední a vysoké školy	4x1,5hx6týdnů													
Zatížení reprezentace v hodinách	36	0	0	0	0	36	72	72	72	108		360	792	
Příspěvkáři ze střední a vysoké školy	1,3333hx15týdnů													
Herní zatížení klub v hodinách	19,9995	39,999	39,999	39,999	39,999	26,6666688	39,999	39,999	39,999	59,9985		366,6581688	239,994	606,6521688
Příspěvkáři ze střední a vysoké školy	1,3333hx6týdnů													
Herní zatížení reprezentace v hodinách	7,9998	0	0	0	0	15,9996	15,9996	15,9996	15,9996	23,9994		71,9982	95,9976	167,9958
Příspěvkáři ze střední a vysoké školy	3,33333hx4týdnů													
Turnaje 7, X rugby, přátelská utkání	13,3333344	0	0	0	0	26,6666688	26,6666688	26,6666688	26,6666688	40,000032		146,6666704	160,000128	306,6668012
Celkem	377,3326344											5660,323047	8136,31466	



Obrázek č.4 Případová studie pro nastavení celkové doby zatížení pro hráče SCM

2.3 Zhodnocení

2.3.1 Kluby zasílají hodnocení

- Kluby posílají hodnocení připraveným formulářem Šéftrenérem mládeže, viz.
Příloha č. 6 Formulář hodnocení 1.roku SCM

2.3.2 Šéftrenér mládeže vypracuje celkové hodnocení

3. Kluby a fakta

3.1. Rugby Club Tatra Smíchov

3.1.1 Výsledky testů

a) 2021

U14



ČESKÁ RUGBYOVÁ
UNIE

Max Propper	4,22	224	41	16	5:15
David Sarga	4,8	213	30	16,56	4:58:00
František Veselý	4,87	188	30	17,08	5:30
Filip Kretík	4,41	240	40	17,08	5:07:00
Dan Šrejma	4,43	247	20	17,23	5:37:00
Ella Nejezchlebová	5,03	219	12	17,32	5:40
Kuba Vacek	4,51	223	30	16,61	5:19:00
Vašek Šampalík	5,98	163	6	19,47	7:10
Majda Snítlová	4,93	200	21	17,33	5:45
Robert Beneš	4,9	220	25	17,18	5:25:00
Jakub Vanický	4,89	226	33	16,94	5:29:00
Viktor Vodička	5,01	209	30	17,72	6:14:00
Dan Čermín	4,92	219	30	16,21	5:21:00
Maryáš Slatinský	5,08	193	21	17,25	6:07:00
Mikuláš Sluka	4,93	197	24	17,04	7:01:00
Šimon Kroupa	5,07	203	33	17,66	5:16
Miki Brožek	5,01	211	26	17,53	5:40:00
Alex Aschenbrenner	4,93	227	40	15,97	5:06:00
Tomáš Pták	5,01	218	21	17,25	5:40:00
Ruda Kyzour	5,03	207	39	16,65	5:19:00
Jiří Olič	5,14	190	20	17,39	5:47:00
Vašek Bartoušek	5,21	186	20	18,5	6:29:00
Matouš Borecký	4,88	222	25	17,19	5:32:00
Filip Kletečka	5,05	206	30	17,17	6:16:00
Dan Sidor	4,78	218	21	16,82	5:32:00

Obrázek č.5 Výsledky testů kategorie U14 v roce 2021 vykazující vysokou neúspěšnost v testu Illinois

U16

Alois Balák	4,39	245	34	15,78	4:55
David Neužil	4,69	222	19	17,31	5:31
Denis Mure	4,4	249	22	15,97	5:24
Martin Bloudek	4,37	246	43	16,49	4:54
Martin Černohorský	4,83	233	63	16,63	4:56
Vojta Trojan	4,51	234	38	16,51	5:05
Dmitry Khomutov	4,96	235	23	17,77	6:21
Martin Přebyl	4,84	231	26	16,89	5:24
Jakub Liška	4,47	222	25	16,95	6:32
Matouš Krakovský	4,98	209	9	18,78	7:22
Ondra Černý	4,72	220	36	16,93	5:27
Adam Skala	4,98	212	20	17,17	6:36
Dan Komárek	4,93	240	34	16,37	5:20
Matěj Loučka	4,94	238	45	17,09	5:03

Obrázek č.6 Výsledky testů kategorie U16 v roce 2021 vykazující vysokou neúspěšnost v testu Illinois

U19

parametry a	sprint 30	skok snožmo		z lehu	test
Adam Košata	4,4	238	41	16,41	5:00
Martin Klainhampel	4,6	247	30	16,43	5:37
Matěj Pelus	4,33	245	40	16,43	4:58
Tomáš Haderer	4,61	236	35	17,13	5:46
William Kálovec	4,41	264	35	16,23	5:35
Dominik Haderer	4,29	220	37	16,49	5:26
David Am Diallo	4,26	284	35	15,97	5:48
Kryštof Záruba	4,13	233	35	16,61	
Tadeáš Brožek	4,13	252	36	15,93	5:27
Denis Palcr	4,5	243	25	15,96	5:19
Saša Morkowitz	4,44	227	41	15,63	4:53
Aschrenbrenner	3,95	245	60	14,94	4:28
Karel Kajta	4,09	243	35	16,30	4:53
Koblic Štěpán	4,17	260	38	15,13	5:07

Obrázek č.7 Výsledky testů kategorie U19 v roce 2021 vykazující vysokou neúspěšnost v testu Illinois

b) 2022

- Od podzimu 2022 dochází ke změně kategorie U19 na kategorii U18
U14

	post	sprint 30m	illinois	skok snožmo	klik	bronco
Adam Hejda	útok	4,41	16,85	205	28	5,33
Adam Propper	útok	4,29	16,29	210	37	5,38
Michopoulos	útok	4,35	16,74	211	33	5,45
Nejezchlebová	útok	4,77	16,77	205	29	5,39
Mikuláš Flegl	útok	4,43	16,72	206	33	5,23
Vojta Dohnal	útok	4,32	16,65	204	38	5,21

Obrázek č.8 Výsledky testů kategorie U14 v roce 2022

U16

		sprint 30m	illinois	skok snožr klik	bronco	poznámka
Alex Aschenbrenner	útok	4,46	15,81	241	32	4,55
Dan Čermín	útok	4,48	15,79	253	33	5,09
Dan Šrejma	roj/II řada	4,07	16,35	246	36	5,34
Daniel Sidor	roj/II.řada	4,71	15,98	221	31	5,29
David Surga	útok/III.řada	4,15	15,61	233	37	4,49
Filip Kletečka	útok	4,78	16,37	220	21	5,13
Filip Kretík	útok	4,21	15,61	233	34	5,06
Jakub Vacek	útok	4,33	15,85	231	41	5,23
Jakub Vanický	roj/ II řada	4,31	15,11	263	37	5,1
Jiří Olič	útok	4,5	16,09	210	37	5,47
Matouš Borecký	útok	4,51	16,55	217	28	5,23
Matyáš Slatinský	útok					netestován z důvodu zranění
Maxmilian Propper	útok					netestován z důvodu nemoci mononukleóza
Mikuláš Brožek		4,52	16,54	221	31	5,27
Mikuláš Sluka	roj/I. řada	4,13	15,61	216	37	6,07
Robert Beneš						
Rudolf Kyzour						netestován z důvodu zranění zlomená ruka
Šimon Kroupa		4,49	16,35	216	27	5,18
Tomáš Pták	roj/ I. řada	4,75	17,11	221	26	5,04
Václav Bartoušek	roj /III řada	4,99	17,31	212	33	5,26
Václav Šampalík	roj / I,II řada	4,78	17,46	200	27	5,37
Vojta Laštovka	roj / II řada	4,81	17,03	223	37	5,28
Otakar Blažek	útok	4,66	16,28	220	52	5,26

Obrázek č.9 Výsledky testů kategorie U16 v roce 2022
U18

	post	sprint 30m	illinois	skok snožmo	klik	bronco	poznámka
Adom Skala	roj/I.řada	4,31	15,26	250	44	6,05	
Daniel Komárek	útok	4,14	14,81	259	49	5,1	
Jan Pavel Roderik Kruse	roj/III řada						testován bude po návratu z JAR kde studuje a hraje
Martin Přibyl	roj/III řada	4,31	15,85	239	46	6,21	
Matouš Krakovský	roj/I.řada						netestován zranění
Ondřej Černý	útok	4,21	14,93	248	43	5,08	
Václav Flieg	útok	4,66	15,2	225	36	6,21	
Dimitrij Khomatov	roj/I.řada	4,82	16,4	215	27	5,25	
Alois Bolák	roj/III řada	4,19	15,25	251	47	4,59	
David Neužil	útok	4,44	15,09	225	28	5,11	
Karel Doležal	roj/I.řada	4,78	16,3	215	27	5,59	
Martin Bloudek	roj/III řada	4,21	15,32	238	43	4,58	
Martin Černohorský	roj/I. řada	4,29	16,1	233	39	6,28	

Obrázek č.10 Výsledky testů kategorie U18 v roce 2022

3.1.2 Docházka

a) 2021

U14 kategorie

	úřad	září 2021 kategorie			říjen 2021 kategorie			listopad 2021 kategorie			leden 2022 kategorie			únor 2022 kategorie			březen 2022 kat.			duben 2022 kategorie			květen 2022 kategorie			červen 2022 kategorie														
		účast	predepis	%	účast	predepis	%	účast	predepis	%	účast	predepis	%	účast	predepis	%	účast	predepis	%	účast	predepis	%	účast	predepis	%															
Adam Hejda	U14, CFT	14	15	89,33%	14	17	82,35%	9	13	69,23%	3	9	33,33%	7	12	58,33%	2	10	20,00%	6	12	50,00%	7	17	41,18%	4	12	33,33%	6	12	50,00%									
Adam Propper	U14, CFT	9	15	60,00%	7	17	41,18%	9	13	69,23%	6	9	66,67%	7	12	58,33%	3	10	30,00%	4	12	33,33%	8	17	47,06%	9	12	75,00%	9	12	75,00%	9	12	75,00%						
Daniel Sidor	U14, CFT	11	15	73,33%	6	17	35,29%	3	13	23,08%	6	9	66,67%	7	12	58,33%	3	10	30,00%	2	12	16,67%	4	17	23,53%	6	12	50,00%	7	12	58,33%	7	12	58,33%						
Edita Nejezchlebová	U14, CFT																																							
Filip Kletečka	U14, CFT	9	15	60,00%	11	17	64,71%	10	13	76,92%	7	9	77,78%	7	12	58,33%	6	10	60,00%	6	12	50,00%	5	17	29,41%	9	12	75,00%	10	12	83,33%	10	12	83,33%						
Jiří Orb	U14, CFT	13	15	86,67%	15	17	88,24%	9	15	60,00%	7	9	77,78%	5	12	41,67%	4	10	40,00%	7	12	58,33%	9	17	52,94%	9	12	75,00%	10	12	83,33%	10	12	83,33%	10	12	83,33%			
Markos Michopoulos	U14, CFT	9	15	60,00%	9	17	52,94%	10	13	76,92%	3	9	33,33%	6	12	50,00%	2	10	20,00%	3	12	25,00%	4	17	23,53%	4	12	33,33%	7	12	58,33%	7	12	58,33%	7	12	58,33%			
Matouš Borecký	U14, CFT	12	15	80,00%	10	17	58,82%	8	13	61,54%	5	9	55,56%	9	12	75,00%	2	10	20,00%	3	12	25,00%	4	17	23,53%	9	12	75,00%	9	12	75,00%	9	12	75,00%	9	12	75,00%			
Matyáš Slatinský	U14, CFT	12	15	80,00%	8	17	47,06%	3	13	23,08%	3	9	33,33%	2	12	16,67%	0	10	0,00%	4	12	33,33%	5	17	29,41%	4	12	33,33%	4	12	33,33%	4	12	33,33%	4	12	33,33%			
Mikuláš Brožek	U14, CFT	15	15	100,00%	9	17	52,94%	8	13	61,54%	3	9	33,33%	8	12	66,67%	6	10	60,00%	6	12	50,00%	4	17	23,53%	8	12	66,67%	8	12	66,67%	8	12	66,67%	8	12	66,67%			
Mikuláš Flieg	U14, CFT	14	15	93,33%	14	17	82,35%	10	13	76,92%	6	9	66,67%	1	12	8,33%	5	10	50,00%	5	12	41,67%	8	17	47,06%	8	12	66,67%	9	12	75,00%	9	12	75,00%	9	12	75,00%			
Nicole Vallisová	U14, CFT	14	15	93,33%	13	17	76,47%	10	13	76,92%	6	9	66,67%	4	12	33,33%	0	10	0,00%	2	12	16,67%	3	12	25,00%	0	12	0,00%	0	12	0,00%	0	12	0,00%	0	12	0,00%			
Otakar Blažek	U14, CFT	11	15	73,33%	9	17	52,94%	8	13	61,54%	4	9	44,44%	9	12	75,00%	4	10	40,00%	5	12	41,67%	6	17	35,29%	7	12	58,33%	7	12	58,33%	7	12	58,33%	7	12	58,33%			
Rudolf Kyzour	U14, CFT	15	15	100,00%	13	17	76,47%	12	13	92,31%	8	9	88,89%	9	12	75,00%	8	10	80,00%	11	12	91,67%	8	17	47,06%	1	12	8,33%	0	12	0,00%	0	12	0,00%	0	12	0,00%	0	12	0,00%
Václav Bartoušek	U14, CFT	9	15	60,00%	12	17	70,59%	10	13	76,92%	7	9	77,78%	9	12	75,00%	4	10	40,00%	4	12	33,33%	7	17	41,18%	9	12	75,00%	9	12	75,00%	9	12	75,00%	9	12	75,00%			
Václav Šampalík	U14, CFT	13	15	86,67%	14	17	82,35%	8	13	61,54%	5	9	55,56%	3	12	25,00%	4	10	40,00%	7	12	58,33%	7	17	41,18%	8	12	66,67%	9	12	75,00%	9	12	75,00%	9	12	75,00%			
Vojta Laštovka	U14, CFT							10	13	76,92%	7	9	77,78%	6	12	50,00%	4	10	40,00%	9	12	75,00%	8	17	47,06%	1	12	8,33%	8	12	66,67%	8	12	66,67%	8	12	66,67%			

Obrázek č.11 Výkaz docházky standartních tréninků kategorie U14 RCTS

U14 SCM

	září 2021 CFT				říjen 2021 CFT				listopad 2021 CFT				prosince 2021 CFT				leden 2022 CFT				únor 2022 CFT				březen 2022 CFT				duben 2022 CFT				květen 2022 CFT				červen 2022 CFT			
	úřad	indiv.	předst.	%	úřad	indiv.	předst.	%	úřad	indiv.	předst.	%	úřad	indiv.	předst.	%	úřad	indiv.	předst.	%	úřad	indiv.	předst.	%	úřad	indiv.	předst.	%	úřad	indiv.	předst.	%								
Adam Hajda	1	1	100%	1	1	100%	1	1	100%	1	1	100%	1	1	100%	1	1	100%	1	1	100%	1	1	100%	1	1	100%	1	1	100%	1	1	100%							

Obrázek č.12 Výkaz docházky tréninků SCM kategorie U14 RCTS

U16 kategorie

U 16	Kategorie září 2022		Kategorie říjen 2022		Kategorie listopad 2022		Kategorie prosinec 2022		leden 2022 kategorie		únor 2022 kategorie		březen 2022 kategorie		duben 2022 kategorie		květen 2022 kategorie		červen 2022 kategorie	
	úřad	indiv.	úřad	indiv.	úřad	indiv.	úřad	indiv.	úřad	indiv.	úřad	indiv.	úřad	indiv.	úřad	indiv.	úřad	indiv.	úřad	indiv.
Adam Skala	U16, CFT	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Obrázek č.13 Výkaz docházky standartních tréninků kategorie U16 RCTS

U16 SCM

U 16	CFT září 2021				CFT říjen 2021				CFT listopad 2021				CFT prosinec 2021				CFT leden 2022				CFT únor 2022				CFT březen 2022				CFT duben 2022				CFT květen 2022				CFT červen 2022			
	úřad	indiv.	předst.	%	úřad	indiv.	předst.	%	úřad	indiv.	předst.	%	úřad	indiv.	předst.	%	úřad	indiv.	předst.	%	úřad	indiv.	předst.	%	úřad	indiv.	předst.	%	úřad	indiv.	předst.	%								
Adam Skala	1	1	100%	1	1	100%	1	1	100%	1	1	100%	1	1	100%	1	1	100%	1	1	100%	1	1	100%	1	1	100%	1	1	100%	1	1	100%							

Obrázek č.14 Výkaz docházky tréninků SCM kategorie U16 RCTS

U19 kategorie

jméno příjmení	září 2021 kategorie		říjen 2021 kategorie		listopad 2021 kategorie		prosinec 2021 kategorie		leden 2022 kategorie		únor 2022 kategorie		březen 2022 kategorie		duben 2022 kategorie		květen 2022 kategorie		červen 2022 kategorie	
	účast	předpis %	účast	předpis %	účast	předpis %	účast	předpis %	účast	předpis %	účast	předpis %	účast	předpis %	účast	předpis %	účast	předpis %	účast	předpis %
Alexandre Morkowitz	10	100	7	70	6	60	1	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Alois Balák	11	100	17	100	17	100	17	100	17	100	17	100	17	100	17	100	17	100	17	100
David Dialelo	9	100	11	100	11	100	11	100	11	100	11	100	11	100	11	100	11	100	11	100
David Neužil	10	100	12	100	12	100	12	100	12	100	12	100	12	100	12	100	12	100	12	100
Denis Pelc	3	100	4	100	4	100	4	100	4	100	4	100	4	100	4	100	4	100	4	100
Dominik Haderer	13	100	9	90	9	90	9	90	9	90	9	90	9	90	9	90	9	90	9	90
Jan František Kratochvíl	9	100	7	70	7	70	7	70	7	70	7	70	7	70	7	70	7	70	7	70
Jakub Novotný	9	100	17	100	17	100	17	100	17	100	17	100	17	100	17	100	17	100	17	100
Karel Doležal	11	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100
Kryštof Žaruba	10	100	13	100	13	100	13	100	13	100	13	100	13	100	13	100	13	100	13	100
Martin Bloudek	12	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100
Martin Černošický	12	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100
Martin Klamhampel	6	100	7	100	7	100	7	100	7	100	7	100	7	100	7	100	7	100	7	100
Matej Pelus	9	100	17	100	17	100	17	100	17	100	17	100	17	100	17	100	17	100	17	100
Max Ascherbrenner	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Štěpán Koblic	5	100	10	100	10	100	10	100	10	100	10	100	10	100	10	100	10	100	10	100
Tadeáš Brožek	12	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100
Tomáš Haderer	12	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100	14	100
William Kalovec	6	100	4	40	4	40	4	40	4	40	4	40	4	40	4	40	4	40	4	40

Obrázek č.15 Výkaz docházky standartních tréninků kategorie U19 RCTS

U19 SCM

jméno příjmení	září 2021 CFT			říjen 2021 CFT			listopad 2021 CFT			prosinec 2021 CFT			leden 2022 CFT			únor 2022 CFT			březen 2022 CFT			duben 2022 CFT			květen 2022 CFT			červen 2022 CFT		
	účast	individuální	předpis %	účast	individuální	předpis %	účast	individuální	předpis %	účast	individuální	předpis %	účast	individuální	předpis %	účast	individuální	předpis %	účast	individuální	předpis %	účast	individuální	předpis %	účast	individuální	předpis %			
Alexandre Morkowitz	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
Alois Balák	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100
David Dialelo	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
David Neužil	5	5	100	5	5	100	5	5	100	5	5	100	5	5	100	5	5	100	5	5	100	5	5	100	5	5	100	5	5	100
Denis Pelc	2	2	100	2	2	100	2	2	100	2	2	100	2	2	100	2	2	100	2	2	100	2	2	100	2	2	100	2	2	100
Dominik Haderer	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Jan František Kratochvíl	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Jakub Novotný	4	4	100	4	4	100	4	4	100	4	4	100	4	4	100	4	4	100	4	4	100	4	4	100	4	4	100	4	4	100
Karel Doležal	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Kryštof Žaruba	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Martin Bloudek	12	12	100	12	12	100	12	12	100	12	12	100	12	12	100	12	12	100	12	12	100	12	12	100	12	12	100	12	12	100
Martin Černošický	9	9	100	9	9	100	9	9	100	9	9	100	9	9	100	9	9	100	9	9	100	9	9	100	9	9	100	9	9	100
Martin Klamhampel	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Matej Pelus	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100
Max Ascherbrenner	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Štěpán Koblic	1	1	100	1	1	100	1	1	100	1	1	100	1	1	100	1	1	100	1	1	100	1	1	100	1	1	100	1	1	100
Tadeáš Brožek	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100	3	3	100
Tomáš Haderer	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
William Kalovec	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Obrázek č.16 Výkaz docházky tréninků SCM kategorie U19 RCTS

3.1.3 Monitoring tréninkového zatížení

Data nejsou k dispozici.

3.1.4 Hodnocení

Jako klubový trenér kategorie U19 aktuálně již U18 a zároveň trenér NT U18 XV i 7s vidím projekt klubových a následně regionálních center mládeže, jako nezbytný krok ke zlepšování úrovně našich hráčů. Je to dobrý podstupeň NT v daných kategoriích. Za mě by měly mít povinnost všechny kluby co hrají extraligu Klubová centra mládeže v budoucnu provozovat. Jako trenér NT U18 pozoruji zvýšenou úroveň hráčů, kteří jsou formováni v klubových centrech oproti minulosti.

Co se týče RSCM je za mě do budoucna nutné pohlídat, aby na srazy docházeli pouze hráči pro, které jsou srazy určeny.

Myslím, že ve sdílení zkušeností s provozováním klubových center mládeže máme rezervy a do budoucna bych uvítal např. nějaké pravidelné srazy hlavních trenérů.

Dále bych se zamyslel nad formou zpracování požadovaných dat. Pokud bychom všichni pracovali ve stejném systému např. Sportlyzer všechna data by si mohl vedoucí projektu jednoduše vygenerovat sám. Na klubech by bylo jen, aby jednoduše zaznamenali do systému,

Karel Šampalík
trenér CFT – Centrum formování Tatra

3.2. Rugby Club Dragon Brno

3.2.1 Výsledky testů

a) 2021

U14

U14	Jonáš Hlúšek	Polyák	Ondřej Pochylý	Šimon Wágner	Marek Vavrouch	Daniel Boulaz	Valdrín Mavriqi	Filip Křivý	Jan Szombath
Jméno hráče	Jonáš Hlúšek	Polyák	Ondřej Pochylý	Šimon Wágner	Marek Vavrouch	Daniel Boulaz	Valdrín Mavriqi	Filip Křivý	Jan Szombath
Sprint 30 m	5 s	4 s	5.30 s	4.46 s	5.06 s	4.90 s	5 s	5.30 s	5.10 s
Illinois	16.15 s	16.59 s	16.72 s	15.73	17.55 s	20.37 s	18 s	16.59 s	16.14 s
Skok snožmo	198 cm	191 cm	202 cm	196 cm	192 cm	160 cm	196 cm	190 cm	194 cm
Push up test	20	20	20	20	20	20	12	20	20
Bronco	5.16 min	5.58 min	5.27 min	5.37 min	5.19 min	8.29 min	5.49 min	6.24 min	5.34 min

Obrázek č.17 Výsledky testů kategorie U14 v roce 2021

U14	Matyáš Popelka	Dominik Jirka	David Kala	Martin Zbořil	Šimon Okurek	Jakub Kristek	Tobias Muller	Jakub Klímeš	Filip Žižka
Jméno hráče	Matyáš Popelka	Dominik Jirka	David Kala	Martin Zbořil	Šimon Okurek	Jakub Kristek	Tobias Muller	Jakub Klímeš	Filip Žižka
Sprint 30 m	5 s	4.58 s	6.10 s	5.92 s	5 s	4.48 s	5 s	5.13 s	4.95 s
Illinois	17 s	17.02 s	21.25 s	26.91 s	18.25 s	16.13 s	18.18 s	17.40 s	17.51 s
Skok snožmo	190 cm	200 cm	170 cm	190 cm	191 cm	200 cm	191 cm	190 cm	191 cm
Push up test	20	20	12	12	20	20	20	20	20
Bronco	5.30 min	5.15 min	8.38 min	7.37 min	6 min	5.45 min	5.30 min	5.57 min	6 min

Obrázek č.18 Výsledky testů kategorie U14 v roce 2021

U14	František Pořízek	Viktorie Vrzalová	Viktorie Honková	Johana Čidlová	Veronika Kopalová	Dominik Barunčák	Josef Blahonovský
Jméno hráče	František Pořízek	Viktorie Vrzalová	Viktorie Honková	Johana Čidlová	Veronika Kopalová	Dominik Barunčák	Josef Blahonovský
Sprint 30 m	4.57 s	4.82 s	5.01 s	5.14 s	4.75 s	4.50 s	6.33 s
Illinois	16.67 s	16.25 s	17.91 s	16.30 s	16.06 s	16.95 s	19.28 s
Skok snožmo	194 cm	190 cm	196 cm	190 cm	190 cm	190 cm	190 cm
Push up test	20	20	20	20	20	20	20
Bronco	5.26 min	6.30 min	5.37 min	5.37 min	6.24 min	5.31 min	7.28 min

Obrázek č.19 Výsledky testů kategorie U14 v roce 2021

U16

U16	Alex Trešl	Kryštof Pilný	Matouš Šenkyřík	Nicola Bevilacqua	Vendelín Růžicka	Maximilián Gross	Petr Nesvadba	Mikuláš Tichý	Daniel Mičuda
Jméno hráče	Alex Trešl	Kryštof Pilný	Matouš Šenkyřík	Nicola Bevilacqua	Vendelín Růžicka	Maximilián Gross	Petr Nesvadba	Mikuláš Tichý	Daniel Mičuda
Sprint 30 m	5.39	5.36	5.45	4.85	5.13	5.45	5.36 s	5.15	4.82
Illinois	18.43	16.36	16.2	15.15	16.44	16.75	16.56	16.35	15.11
Skok snožmo	218 cm	225 cm	220 cm	223 cm	212 cm	205 cm	187 cm	228 cm	234 cm
Push up test	32	36	32	58	32	35	25	30	35
Bronco	6.35 min	6.15 min	5.15 min	5.05 min	6.48 min	7.28 min	8.28 min	5.28 min	5.08 min

Obrázek č.20 Výsledky testů kategorie U16 v roce 2021

U16										
Jméno hráče	Simon Hlůšek	Tomáš Chorvát	Martin Linhart	Nikolas Kolarík	Jáchym Štasta	Jiří Zálešák	Ivan Karpa	Marek Herák	Zbyněk Tomkovič	
Sprint 30 m	5,15	5,45	5	5,15	4,86	5,45	5,45	4,73	5,75	16,45
Illinois	15,55	16,45	16,35	16,45	15,23	16,36	16,45	15,42	16,45	16,45
Skok snožmo	225	218	220	210	228	220	205	235	230	230
Push up test	32	35	45	35	42	35	30	55	35	35
Bronco	5.02 min	5.45 min	5.45 min	5.55 min	5.27 min	6.25 min	6.15 min	5.11 min	6.25 min	6.25 min

Obrázek č.21 Výsledky testů kategorie U16 v roce 2021

U19

U19										
Jméno hráče	Lukáš Svoboda	Matias Pavlu	Miloš Sedláček	Antonín Merta	Michal Vašíček	Luděk Čvrtníček	Štěpán Ryš	Martin Hodeček	Michael Honek	
Sprint 30 m	4,4 s	5,4 s	4,85 s	4,60 s	4,19 s	5,19 s	4,41 s	5,12 s	4,87 s	4,87 s
Illinois	14,43	16,44	14,92	14,95	13,89	16,55	16,62 s	16,85 s	16,00 s	16,00 s
Skok snožmo	210 cm	211 cm	244 cm	288 cm	247 cm	209 cm	256 cm	215 cm	228 cm	228 cm
Push up test	40	35	45	60	68	45	66	48	32	32
Bronco	5 min 55s	6 min 15s	5 min 33s	6 min 05 s	5 min 12 s	6 min 58 s	5 min 41 s	6 min 25 s	6 min 25 s	6 min 25 s

Obrázek č.22 Výsledky testů kategorie U19 v roce 2021

U19										
Jméno hráče	Michal Krecl	Jiří Záruba	Filip Duda	Šimon Stejskal	Michal Orviský	Jan Sedlár	Šimon Gryc	Šimon Král	Filip Skejo	
Sprint 30 m	4,66 s	4,85 s	4,62 s	4,86 s	5,05 s	5,10 s	4,33 s	5,26 s	5,05 s	5,05 s
Illinois	15,54 s	15,82 s	14,95 s	14,13 s	16,20 s	16,25 s	13,25 s	15,54 s	16,33 s	16,33 s
Skok snožmo	226 cm	239 cm	279 cm	251 cm	249 cm	223 cm	262 cm	244 cm	225 cm	225 cm
Push up test	50	32	60	48	47	55	60	40	38	38
Bronco	6 min 05 s	6 min 08 s	5 min 50 s	6 min 50 s	6 min 15 s	6 min 11 s	5 min 28 s	6 min 11 s	6 min 22 s	6 min 22 s

Obrázek č.23 Výsledky testů kategorie U19 v roce 2021

U19		
Jméno hráče	Martin Cornejo	Jakub Opluštil
Sprint 30 m	4,44 s	5,19 s
Illinois	14,13 s	17,12 s
Skok snožmo	284 cm	234 cm
Push up test	48	38
Bronco	5 min 11 s	6 min 11 s

Obrázek č.24 Výsledky testů kategorie U19 v roce 2021

b) 2022

- Od podzimu 2022 dochází ke změně kategorie U19 na kategorii U18

U14

U14						
Jméno hráče	Sprint 30 m	Illinois	Skok snožmo	Push up test	Bronco	
Okurek	4,96	16,35	200	20	5,28	5,28
Honková	5	16,25	201	20	5,4	5,4
Pořízek	4,5	16,19	194	20	5,2	5,2
Müller	4,86	16,18	202	20	5,28	5,28
Jirka	4,54	16,22	210	20	5,07	5,07
Žižka	4,95	17,2	201	20	5,58	5,58
Popelka	5	16,72	205	20	5,28	5,28
Cídllová	5,1	16,12	200	20	5,28	5,28
Křivý	5	16,37	210	20	6,14	6,14
Kristek	4,35	16,1	208	20	5,38	5,38
Dánielová	5,1	16,3	207	20	5,56	5,56
Bonczar	5	17	200	20	5,67	5,67
Dvorský	5,2	17,5	202	20	6,34	6,34
Baručák	4,37	16,69	201	20	5,26	5,26
Bužan	5	16,66	206	20	5,17	5,17
Nepala	5	16,8	200	20	6,2	6,2
Šulc	5,1	17,1	200	20	5,54	5,54
Přecházející do U14						
Jméno hráče	Sprint 30 m	Illinois	Skok snožmo	Push up test	Bronco	
Imrich	5,1	17,12	195	20	6,48	6,48
Cídl	5,12	17,3	194	20	6,55	6,55
Župa	5	17	200	20	6,2	6,2
Dlouhá	4,65	16,8	201	20	5,58	5,58

Obrázek č.25 Výsledky testů kategorie U14 v roce 2022

U16

U16							
Jméno hráče	Sprint 30 m	Illinois	Skok snožmo	Push up test	Bronco		
Tichý	4,94	16,1	235	25	5,27		
Růžička	5,1	16,35	215	25	6,35		
Bevilacqua	4,68	15,12	228	25	5,03		
Štasta	4,76	15,2	234	25	5,25		
Imrich	5	16,23	220	25	5,28		
Dojiva	5,12	16,58	208	25	6,29		
Holub	4,72	15,13	225	25	5,05		
Hlůšek	4,82	16,13	210	25	5,1		
Kincl	4	16,28	198	25	5,27		
Wágner	4,38	15,64	212	25	5,28		

Obrázek č.26 Výsledky testů kategorie U16 v roce 2022

U18

U19						
Jméno hráče	Sprint 30 m	Illinois	Skok snožmo	Push up test	Bronco	
Kratochvil	4:85	19:35	221	35	8:85	
Záruba	4:62	16:07	223	35	5:19	
Opluštil	5:16	16:52	235	35	5:55	
Duda	4:49	15:48	262	35	5:05	
Hodeček	5:45	16:64	220	35	6:11	
Sedlář	4:59	15:46	221	35	5:23	
Chorvát	5:13	15:83	227	35	5:58	
Mičuda	4:90	15:22	256	35	6:12	
Cornejo	4:49	15:37	272	35	5:01	
Sláma	4:72	15:85	235	35	5:08	
Hlůšek	4:92	15:47	249	35	4:92	
Gryc	4:22	15:70	260	35	4:44	
Král	5:30	18:03	224	35	6:03	

Obrázek č.27 Výsledky testů kategorie U18 v roce 2022

3.2.2 Docházka

a) 2021

SCM ženy/dívky září

JMÉNO HRÁČE	Licence	6	8	9	13	15	16	20	22	23	27	29	30	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH	
Nováková Anna	113303		1		1	1			1	1		1	1	7	12	58	
Stará Kristýna	113408									1	1	1	1	5	12	42	Připojila se až na konci měsíce
Dobrovolná Kateřina	114478													0	12	0	Zranění
Růžičková Nikola	107249													0	12	0	Zranění
Vrzalová Viktorie	117361													0	12	0	Zranění
Honková Viktorie	105623		1			1			1			1		4	12	33	
Cídllová Johana	107239	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	12	100	
Kopalová Veronika	116746	1	1	1	1	1	1	1	1					8	12	67	Zranění

Obrázek č.28 Výkaz docházky tréninků SCM kategorie ženy/dívky za září 2021

U14 SCM září

JMÉNO HRÁČE	Licence	6	8	9	13	15	16	20	22	23	27	29	30	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
U14																
Okurek Šimon	104839	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	12	92
Pořízek František	105775	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	12	92
Müller Tobias	105782	1			1	1		1	1		1	1		6	12	50
Jirka Dominik	106665	1			1	1		1	1		1	1		7	12	58
Žižka Filip	106703	1			1			1	1	1	1	1	1	8	12	67
Popelka Matyáš	106734	1	1		1	1	1	1	1					7	12	58
Křivý Filip	107995		1											1	12	8
Kristek Jakub	116157	1			1	1	1	1	1	1	1	1		9	12	75
Bonczar Bruno	107245	1	1	1	1	1	1	1	1			1		9	12	75
Dvorský Matyáš	107752	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	12	100
Baručák Dominik	107981	1	1		1	1	1	1	1				1	8	12	67

Obrázek č.29 Výkaz docházky tréninků U14 SCM za září 2021

U16 SCM září

JMÉNO HRÁČE	Licence	6	8	9	13	15	16	20	22	23	27	29	30	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
U16																
Tichý Mikuláš	104600	1	1			1		1	1					7	12	58
Růžička Vendelín	106669	1	1	1	1	1		1	1		1	1		9	12	75
Bevilacqua Nicola	106775		1			1		1	1		1	1		6	12	50
Herák Marek	116239				1	1		1	1					2	12	17
Imrich Jakub	104730		1			1		1	1	1				6	12	50
Dojiva Lukáš	105628				1	1			1				1	4	12	33
Holub Josef	105770	1	1	1	1	1		1	1	1	1	1	1	10	12	83
Hlůšek Jonáš	105771	1	1	1	1	1		1	1		1	1		9	12	75
Kincl Mikuláš	105781	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		10	12	83
Pochylý Ondřej	107149	1	1	1	1	1		1	1	1	1	1		10	12	83
Vavrouch Marek	107799	1	1	1	1	1	1							6	12	50
Wagner Šimon	116240	1	1		1	1		1	1					6	12	50
Bosco E. Lazárek	106843		1		1	1		1	1		1	1		7	12	58
Zbyněk Tomkovič	117316				1	1		1	1	1	1	1		6	12	50
Ivan Karpa	116134									1	1	1		3	12	25
Zálešák Jiří	116135					1		1	1	1	1	1		6	12	50

Obrázek č.30 Výkaz docházky tréninků U16 SCM za září 2021

U19 SCM září

JMÉNO HRÁČE	Licence	6	8	9	13	15	16	20	22	23	27	29	30	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
U19																
Krecl Michal	114236	1	1	1	1	1	1		1					7	12	58
Duda Filip	114245	1	1			1			1		1	1		6	12	50
Hodeček Martin	114238	1			1			1	1	1	1	1		6	12	50
Sedlář Jan	114471	1	1	1	1	1			1	1			1	8	12	67
Gryc Šimon	114658							1	1	1	1	1	1	6	12	50
Cornejo Martin	115148	1	1		1	1		1	1	1	1	1		9	12	75
Opluštil Jakub	114484	1	1	1	1	1	1	1						7	12	58
Skejo Filip	114994	1	1				1	1		1		1		6	12	50
Gross Maxmilián	115040	1			1	1	1	1					1	6	12	50
Hlůšek Šimon	115042		1	1		1	1		1	1		1	1	8	12	67
Chorvát Tomáš	115044		1			1		1	1	1	1	1	1	8	12	67
Mičuda Daniel	115045							1	1	1	1	1	1	6	12	50
Záruba Jiří	114454	1	1		1	1		1		1				6	12	50

Obrázek č.31 Výkaz docházky tréninků U19 SCM za září 2021

U23 SCM září

JMÉNO HRÁČE U23	Licence	6	8	9	13	15	16	20	22	23	27	29	30	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Starý Martin								1						1	12	8
Svoboda Dominik	113547		1	1	1	1								4	12	33
Loukota Tomáš	113302													0	12	0
Barták Václav	113304	1												1	12	8
Harviščák Patrik	113306	1	1	1	1		1						1	6	12	50
Sedláček Miloš	113545	1	1											2	12	17
Merta Antonín	113551	1	1	1	1			1	1					6	12	50
Svoboda Lukáš	113797	1	1	1	1	1	1						1	7	12	58
Vašíček Michal	114060	1	1	1	1									4	12	33
Pavlů Matyas	113550	1	1		1									3	12	25
Čtvrtníček Luděk	114824	1	1	1		1		1	1					6	12	50

Obrázek č.32 Výkaz docházky tréninků U23 SCM za září 2021

SCM ženy/dívky říjen

JMÉNO HRÁČE	Licence	4	6	7	11	13	14	18	20	21	25	27	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Nováková Anna	113303		1		1			1	1	1	1		6	11	55
Stará Kristýna	113408	1	1	1				1	1	1	1		6	11	55
Růžičková Nikola	107249					1		1	1	1	1	1	6	11	55
Cídllová Johana	107239	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		9	11	82

Obrázek č.33 Výkaz docházky tréninků SCM kategorie ženy/dívky za říjen 2021

U14 SCM říjen

JMÉNO HRÁČE	Licence	4	6	7	11	13	14	18	20	21	25	27	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Okurek Šimon	104839	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		10	11	91
Pořízek František	105775	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		10	11	91
Müller Tobias	105782				1	1	1	1	1	1			6	11	55
Jírka Dominik	106665	1	1		1	1		1	1	1	1		7	11	64
Žižka Filip	106703	1		1	1		1	1	1	1			6	11	55
Popelka Matyáš	106734						1	1	1	1	1	1	6	11	55
Krístek Jakub	116157	1	1	1	1		1		1	1			7	11	64
Bonczar Bruno	107245	1	1		1	1		1	1	1	1		7	11	64
Dvorský Matyáš	107752	1	1					1	1	1	1		6	11	55
Baručák Dominik	107981	1		1	1	1			1	1			6	11	55

Obrázek č.34 Výkaz docházky tréninků SCM U14 za říjen 2021

U16 SCM říjen

JMÉNO HRÁČE	Licence	4	6	7	11	13	14	18	20	21	25	27	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Tichý Mikuláš	104600				1	1			1	1	1	1	6	11	55
Růžička Vendelín	106669	1	1		1	1		1	1	1	1		7	11	64
Bevilacqua Nicola	106775				1	1		1	1	1	1		6	11	55
Štásta Jáchym	107250				1								1	11	9
Imrich Jakub	104730		1		1			1	1	1	1		6	11	55
Holub Josef	105770	1	1	1	1	1		1	1	1	1		9	11	82
Hlůšek Jonáš	105771	1			1	1			1	1	1	1	6	11	55
Kincl Mikuláš	105781	1	1	1			1		1	1	1		7	11	64
Pochylý Ondřej	107149	1			1	1			1	1	1		6	11	55
Vavrouch Marek	107799												0	11	0
Wágner Šimon	116240	1	1	1	1	1			1				6	11	55
Bosco E. Lazárek	106843		1		1	1		1	1	1	1		6	11	55

Obrázek č.35 Výkaz docházky tréninků SCM U16 za říjen 2021

U19 SCM říjen

JMÉNO HRÁČE	Licence	4	6	7	11	13	14	18	20	21	25	27	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
													0	11	0
Krecl Michal	114236				1		1	1	1	1	1		6	11	55
Duda Filip	114245	1	1		1	1		1	1	1	1		8	11	73
Hodeček Martin	114238			1	1			1	1	1	1		6	11	55
Sedlář Jan	114471	1			1	1		1	1	1			6	11	55
Gryc Šimon	114658	1	1	1		1					1	1	6	11	55
Cornejo Martin	115148	1	1		1	1		1	1	1	1		8	11	73
Opluštil Jakub	114484					1		1	1	1	1	1	6	11	55
Hlůšek Šimon	115042		1	1	1	1		1	1	1	1		8	11	73
Chorvát Tomáš	115044				1			1	1	1	1	1	6	11	55
Mičuda Daniel	115045						1	1	1	1	1	1	6	11	55

Obrázek č.36 Výkaz docházky tréninků SCM U19 za říjen 2021

U23 SCM říjen

JMÉNO HRÁČE	Licence	4	6	7	11	13	14	18	20	21	25	27	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Svoboda Dominik	113547		1			1	1	1	1	1	1		7	11	64
Loukota Tomáš	113302												0	11	0
Barták Václav	113304			1		1	1			1	1	1	6	11	55
Harviščák Patrik	113306	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		9	11	82
Sedláček Miloš	113545				1	1	1	1	1	1	1		6	11	55
Merta Antonín	113551					1	1	1	1	1	1		6	11	55
Svoboda Lukáš	113797	1											1	11	9
Vašíček Michal	114060	1	1			1	1	1	1	1	1		8	11	73
Pavlů Matyas	113550	1	1	1					1	1	1		6	11	55

Obrázek č.37 Výkaz docházky tréninků SCM U23 za říjen 2021

SCM ženy/dívky listopad

0	Licence	1/2	3	4	8/9	10	11	15/16	18	22/23	24	25	29/30	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Nováková Anna	113303					1		1						2	12	17
Stará Kristýna	113408			1					1		1	1		4	12	33
Růžičková Nikola	107249													0	12	0
Cídllová Johana	107239	1	1	1		1	1	1	1	1	1	1		11	12	92

Obrázek č.38 Výkaz docházky tréninků SCM kategorie ženy/dívky za listopad 2021

U14 SCM listopad

0	Licence	1/2	3	4	8/9	10	11	15/16	18	22/23	24	25	29/30	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Okurek Šimon	104839	1	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1	12	12	100
Požizek František	105775		1	1		1	1	1		1	1	1		8	12	67
Müller Tobias	105782	1				0						1		3	12	25
Jírka Dominik	106665				0	0							1	1	12	8
Žížka Filip	106703				0	0								0	12	0
Popelka Matyáš	106734				0	0								0	12	0
Krístek Jakub	116157	1	1	1		1	1	1	1					7	12	58
Bonczar Bruno	107245		1			1	1							3	12	25
Dvorský Matyáš	107752	1	1	1		1	1	1	1		1	1		9	12	75
Baručák Dominik	107981					1			1					2	12	17

Obrázek č.39 Výkaz docházky tréninků SCM U14 za listopad 2021

U16 SCM listopad

0	Licence	1/2	3	4	8/9	10	11	15/16	18	22/23	24	25	29/30	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Tichý Mikuláš	104600		1			1								2	12	17
Růžička Vendelín	106669					1		1		1				3	12	25
Bevilacqua Nicola	106775					1								1	12	8
Štásta Jáchym	107250													0	12	0
Imrich Jakub	104730		1											1	12	8
Holub Josef	105770		1			1		1						3	12	25
Hlůšek Jonáš	105771		1			1		1						3	12	25
Kincl Mikuláš	105781							1	1	1				3	12	25
Pochylý Ondřej	107149							1						1	12	8
Vavrouch Marek	107799													0	12	0
Wágner Šimon	116240													0	12	0
Bosco E. Lazárek	106843					1								1	12	8

Obrázek č.40 Výkaz docházky tréninků SCM U16 za listopad 2021

U19 SCM listopad

0	Licence	1/2	3	4	8/9	10	11	15/16	18	22/23	24	25	29/30	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Krecl Michal	114236		1		1	1		1		1	1			0	12	0
Duda Filip	114245	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1		8	12	67
Hodeček Martin	114238	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1		9	12	75
Sedlář Jan	114471	1	1			1	1	1	1	1			1	6	12	50
Gryc Šimon	114658	1	1		1	1		1	1	1			1	6	12	50
Cornejo Martin	115148	1	1	1	1	1				1	1	1	1	8	12	67
Opluštil Jakub	114484	1	1	1	1	1		1	1	1				7	12	58
Hlůšek Šimon	115042	1	1	1	1	1		1	1	1	1	1	1	9	12	75
Chorvát Tomáš	115044	1	1	1	1			1	1	1			1	7	12	58
Mičuda Daniel	115045	1	1		1	1	1	1	1	1			1	7	12	58

Obrázek č.41 Výkaz docházky tréninků SCM U19 za listopad 2021

U23 SCM listopad

0	Licence	1/2	3	4	8/9	10	11	15/16	18	22/23	24	25	29/30	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Svoboda Dominik	113547	1		1	1			1	1	1	1	1		8	12	67
Loukota Tomáš	113302													0	12	0
Barták Václav	113304	1		1	1	1		1	1		1		1	7	12	58
Harviščák Patrik	113306		1	1	1	1		1	1	1			1	6	12	50
Sedláček Miloš	113545			1		1	1	1	1		1	1	1	6	12	50
Merta Antonín	113551		1	1			1	1	1	1	1	1	1	8	12	67
Svoboda Lukáš	113797		1	1		1	1	1	1	1	1	1		8	12	67
Vašíček Michal	114060	1	1	1		1	1	1	1	1			1	7	12	58
Pavlu Matyas	113550	1		1		1		1	1	1	1	1	1	6	12	50

Obrázek č.42 Výkaz docházky tréninků SCM U23 za listopad 2021

SCM ženy/dívky leden 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	3.4	5	6	10.11	12	13	17/18	19	20	24/25	26	27	31	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
															0	13	0
Nováková Anna	113303														0	13	0
Stará Kristýna	113408														0	13	0
Růžičková Nikola	107249		1	1											2	13	15
Cídlková Johana	107239	1	1		1	1				1	1	1	1	1	7	13	54

Obrázek č.43 Výkaz docházky tréninků SCM ženy/dívky za leden 2022

U14 SCM leden 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	3.4	5	6	10.11	12	13	17/18	19	20	24/25	26	27	31	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Okurek Šimon	104839	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	13	100
Požizek František	105775		1		1			1		1	1				5	13	38
Müller Tobias	105782	1	1												2	13	15
Jírka Dominik	106665	1	1		1	1		1	1			1	1		8	13	62
Žižka Filip	106703	1													1	13	8
Popelka Matyáš	106734	1				1									2	13	15
Kristek Jakub	116157	1				1	1	1	1		1	1	1	1	7	13	54
Bonzar Bruno	107245	1	1			1		1	1			1	1	1	6	13	46
Dvorský Matyáš	107752	1	1	1							1	1	1	1	5	13	38
Baručák Dominik	107981				1	1								1	2	13	15

Obrázek č.44 Výkaz docházky tréninků SCM U14 za leden 2022

U16 SCM leden 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	3.4	5	6	10.11	12	13	17/18	19	20	24/25	26	27	31	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Tichý Mikuláš	104600										1			1	1	13	8
Růžička Vendelín	106669									1	1	1			3	13	23
Bevilacqua Nicola	106775										1	1			2	13	15
Štásta Jáchym	107250									1	1	1		1	3	13	23
Imrich Jakub	104730														0	13	0
Holub Josef	105770										1	1		1	2	13	15
Hlůšek Jonáš	105771									1	1	1			3	13	23
Kincl Mikuláš	105781			1			1			1	1			1	4	13	31
Wagner Šimon	116240														0	13	0
Bosco E. Lazárek	106843														0	13	0

Obrázek č.45 Výkaz docházky tréninků SCM U16 za leden 2022

U19 SCM leden 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	3.4	5	6	10.11	12	13	17/18	19	20	24/25	26	27	31	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
															0	13	0
Krecl Michal	114236	1		1	1	1		1	1	1	1				8	13	62
Duda Filip	114245	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1		10	13	77
Hodeček Martin	114238	1	1	1		1	1		1	1			1		7	13	54
Sedlák Jan	114471	1		1	1	1	1		1			1	1		7	13	54
Gryc Šimon	114658	1	1	1	1	1		1		1	1	1	1	1	9	13	69
Cornejo Martin	115148	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	11	13	85
Opluštil Jakub	114484	1	1	1	1		1	1		1	1		1	1	8	13	62
Hlůšek Šimon	115042		1	1		1	1	1	1	1	1		1	1	8	13	62
Chorvát Tomáš	115044		1	1	1	1			1	1	1	1	1	1	8	13	62
Mičuda Daniel	115045	1	1		1		1	1		1	1	1			8	13	62

Obrázek č.46 Výkaz docházky tréninků SCM U19 za leden 2022

U23 SCM leden 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	3.4	5	6	10.11	12	13	17/18	19	20	24/25	26	27	31	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Svoboda Dominik	113547	1	1		1	1		1	1	1				1	7	13	54
Loukota Tomáš	113302														0	13	0
Barták Václav	113304	1		1		1	1	1				1	1	1	6	13	46
Harviščák Patrik	113306		1	1		1		1	1	1	1		1	1	7	13	54
Sedláček Miloš	113545	1	1		1	1	1		1	1	1			1	8	13	62
Merta Antonín	113551	1	1	1		1	1	1			1				7	13	54
Svoboda Lukáš	113797														0	13	0
Vašíček Michal	114060	1	1	1			1	1	1				1	1	7	13	54
Kratochvíl Jan																	
Pavlu Matyas	113550	1		1	1	1	1	1	1		1	1			9	13	69

Obrázek č.47 Výkaz docházky tréninků SCM U23 za leden 2022

SCM ženy/dívky únor 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	2	3	7.8	9	10	14/15	16	17	21/22	23	24	28	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
														0	12	0
Nováková Anna	113303									1				1	12	8
Stará Kristýna	113408													0	12	0
Růžičková Nikola	107249													0	12	0
Cídllová Johana	107239	1			1					1	1		1	5	12	42

Obrázek č.48 Výkaz docházky tréninků SCM ženy/dívky za únor 2022

SCM U14 únor 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	2	3	7.8	9	10	14/15	16	17	21/22	23	24	28	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Okurek Šimon	104839	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	12	100
Pořízek František	105775			1			1		1		1	1	1	6	12	50
Müller Tobias	105782						1	1		1	1			4	12	33
Jírka Dominik	106665	1		1	1		1	1		1	1		1	8	12	67
Žižka Filip	106703				1		1			1	1		1	5	12	42
Popelka Matyáš	106734			1							1	1		3	12	25
Kristek Jakub	116157	1		1	1					1	1		1	6	12	50
Bonczar Bruno	107245	1		1	1		1	1		1	1		1	8	12	67
Dvorský Matyáš	107752	1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	12	92
Baručák Dominik	107981			1	1		1	1		1	1			6	12	50

Obrázek č.49 Výkaz docházky tréninků SCM U14 za únor 2022

SCM U16 únor 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	2	3	7.8	9	10	14/15	16	17	21/22	23	24	28	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Tichý Mikuláš	104600													0	12	0
Růžička Vendelín	106669			1	1		1				1			4	12	33
Bevilacqua Nicola	106775				1		1	1			1			4	12	33
Štáta Jáchym	107250			1	1		1	1						4	12	33
Imrich Jakub	104730						1				1			2	12	17
Holub Josef	105770						1	1			1			3	12	25
Hlůšek Jonáš	105771			1	1		1	1			1			5	12	42
Kincl Mikuláš	105781			1	1	1	1	1						5	12	42
Wagner Šimon	116240													0	12	0
Bosco E. Lazárek	106843			1			1	1						3	12	25

Obrázek č.50 Výkaz docházky tréninků SCM U16 za únor 2022

SCM U19 únor 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	2	3	7.8	9	10	14/15	16	17	21/22	23	24	28	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Krecl Michal	114236	1		1		1	1		1	1		1		7	12	58
Duda Filip	114245	1		1		1	1	1		1	1	1		8	12	67
Hodeček Martin	114238	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			9	12	75
Sedlák Jan	114471	1		1	1	1	1	1	1	1	1			9	12	75
Gryc Šimon	114658	1	1	1	1	1	1	1		1	1			9	12	75
Cornejo Martin	115148	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1		10	12	83
Opluštil Jakub	114484	1	1	1		1	1	1			1			7	12	58
Hlůšek Šimon	115042	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1		10	12	83
Chorvát Tomáš	115044	1	1	1	1	1	1	1			1			8	12	67
Míčuda Daniel	115045			1	1	1			1		1	1		6	12	50
Sláma Daniel		1	1	1	1	1	1	1	1		1	1				
Jan Kratochvíl		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				

Obrázek č.51 Výkaz docházky tréninků SCM U19 za únor 2022

SCM U23 únor 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	2	3	7.8	9	10	14/15	16	17	21/22	23	24	28	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Svoboda Dominik	113547	1	1	1		1	1		1	1		1		8	12	67
Loukota Tomáš	113302													0	12	0
Barták Václav	113304	1	1		1		1	1	1	1		1		8	12	67
Harviščák Patrik	113306		1	1		1		1	1	1				6	12	50
Sedláček Miloš	113545	1	1		1		1		1		1	1		7	12	58
Merta Antonín	113551		1	1	1		1	1	1	1	1	1		7	12	58
Svoboda Lukáš	113797	1		1		1	1	1		1	1	1		8	12	67
Vašíček Michal	114060	1			1		1	1	1	1	1	1	1	9	12	75
Kratochvíl Jan		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	12	100
Pavlu Matyas	113550		1	1	1		1		1			1	1	7	12	58

Obrázek č.52 Výkaz docházky tréninků SCM U23 za únor 2022

SCM ženy/dívky březen 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	2	3	14/15	16	17	21/22	23	24	28/29	30	31	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Nováková Anna	113303	1	1		1		1	1	1				6	11	55
Stará Kristýna	113408		1						1	1			3	11	27
Cídllová Johana	107239	1		1	1		1	1		1	1		7	11	64
Viktorie Honková	105623					1	1	1	1	1	1		6	11	55
Kateřina Dánielová	117886		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	11	82

Obrázek č.53 Výkaz docházky tréninků SCM ženy/dívky za březen 2022

SCM U14 březen 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	2	3	14/15	16	17	21/22	23	24	28/29	30	31	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Okurek Šimon	104839	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	11	100
Pořízek František	105775	1	1	1			1	1		1	1		8	11	73
Müller Tobias	105782	1		1	1		1	1		1	1	1	8	11	73
Jírka Dominik	106665	1	1	1	1	1	1	1					8	11	73
Žižka Filip	106703		1										1	11	9
Popelka Matyáš	106734	1	1						1				3	11	27
Kristek Jakub	116157	1	1			1	1			1	1	1	7	11	64
Bonczar Bruno	107245	1		1		1		1	1	1	1	1	8	11	73
Dvorský Matyáš	107752	1	1	1	1		1	1	1	1	1	1	10	11	91
Baručák Dominik	107981	1		1				1	1	1	1		6	11	55
Janis Nepala	117910	1	1	1		1	1	1		1	1		8	11	73

Obrázek č.54 Výkaz docházky tréninků SCM U14 za březen 2022

SCM U16 březen 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	2	3	14/15	16	17	21/22	23	24	28/29	30	31	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Tichý Mikuláš	104600	1		1	1		1	1		1			6	11	55
Růžička Vendelín	106669			1	1	1	1	1		1			6	11	55
Bevilacqua Nicola	106775		1	1	1		1		1	1	1		7	11	64
Štásta Jáchym	107250	1		1	1			1	1				5	11	45
Imrich Jakub	104730	1		1	1		1	1		1			6	11	55
Hořub Josef	105770	1		1	1		1	1		1	1		7	11	64
Hlůšek Jonáš	105771			1	1		1	1		1	1	1	7	11	64
Kíncl Mikuláš	105781	1		1	1	1	1	1		1			6	11	55
Wágner Šimon	116240		1		1			1	1	1	1		6	11	55
Bosco E. Lazárek	106843	1		1	1		1			1			5	11	45

Obrázek č.55 Výkaz docházky tréninků SCM U16 za březen 2022

SCM U19 březen 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	2	3	14/15	16	17	21/22	23	24	28/29	30	31	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Krecl Michal	114236	1	1		1	1			1	1			6	11	55
Duda Filip	114245	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1	10	11	91
Hodeček Martin	114238	1	1	1	1		1		1			1	8	11	73
Sedlář Jan	114471	1		1			1	1	1	1		1	7	11	64
Gryc Šimon	114658	1	1	1	1	1	1	1		1		1	9	11	82
Cornejo Martin	115148	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	11	100
Opluštil Jakub	114484	1		1	1		1	1	1	1		1	8	11	73
Hlůšek Šimon	115042	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	11	100
Chorvát Tomáš	115044	1	1	1	1	1	1					1	7	11	64
Mičuda Daniel	115045	1	1		1	1	1					1	6	11	55
Sláma Daniel	118503	1	1	1	1	1	1		1	1	1	1	10	11	91

Obrázek č.56 Výkaz docházky tréninků SCM U19 za březen 2022

SCM U23 březen 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	2	3	14/15	16	17	21/22	23	24	28/29	30	31	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Svoboda Dominik	113547	1	1		1		1	1					5	11	45
Barták Václav	113304	1		1	1	1	1	1					6	11	55
Harviščík Patrik	113306		1	1	1			1	1				5	11	45
Sedláček Miloš	113545	1	1	1			1	1		1		1	7	11	64
Merta Antonín	113551	1	1		1	1		1	1	1		1	8	11	73
Svoboda Lukáš	113797	1	1	1	1	1	1						6	11	55
Vašíček Michal	114060		1	1	1		1	1		1			6	11	55
Kratochvíl Jan	114237		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	11	91
Pavů Matyas	113550	1		1			1	1	1	1			6	11	55

Obrázek č.57 Výkaz docházky tréninků SCM U23 za březen 2022

SCM ženy/dívky duben 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	4/5	6	7	11/12	13	19	20	21	25/26	27	28	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Nováková Anna	113303												0	10	0
Stará Kristýna	113408												0	10	0
Cídllová Johana	107239					1	1		1		1	1	5	10	50
Viktorie Honková	105623						1		1		1	1	5	10	50
Kateřina Dánielová	117886								1				1	10	10

Obrázek č.58 Výkaz docházky tréninků SCM ženy/dívky za duben 2022

SCM U14 duben 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	4/5	6	7	11/12	13	19	20	21	25/26	27	28	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Okurek Šimon	104839				1	1	1	1	1	1	1	1	9	10	90
Pořízek František	105775					1			1	1	1	1	5	10	50
Müller Tobias	105782	1	1	1	1	1		1					6	10	60
Jírka Dominik	106665				1	1		1		1	1		5	10	50
Žižka Filip	106703				1			1		1	1	1	5	10	50
Popelka Matyáš	106734												0	10	0
Křístek Jakub	116157							1	1	1	1	1	5	10	50
Bonczar Bruno	107245							1	1	1	1	1	5	10	50
Dvorský Matyáš	107752				1	1	1	1	1	1	1	1	8	10	80
Baručák Dominik	107981				1	1		1			1	1	5	10	50
Janis Nepala	117910				1	1		1		1	1	1	6	10	60

Obrázek č.59 Výkaz docházky tréninků SCM U14 za duben 2022

SCM U16 duben 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	4/5	6	7	11/12	13	19	20	21	25/26	27	28	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Tichý Mikuláš	104600	1		1	1		1				1	1	6	10	60
Růžička Vendelín	106669	1		1	1						1	1	5	10	50
Bevilacqua Nicola	106775						1				1	1	3	10	30
Štasta Jáchym	107250												0	10	0
Imrich Jakub	104730												0	10	0
Holub Josef	105770									1	1	1	3	10	30
Hlůšek Jonáš	105771	1	1	1			1				1	1	6	10	60
Kincl Mikuláš	105781				1	1	1	1	1	1	1		7	10	70
Wágner Šimon	116240						1	1	1	1	1	1	6	10	60
Bosco E. Lazárek	106843												0	10	0

Obrázek č.60 Výkaz docházky tréninků SCM U16 za duben 2022

SCM U19 duben 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	4/5	6	7	11/12	13	19	20	21	25/26	27	28	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Krecl Michal	114236	1	1		1		1	1			1		6	11	55
Duda Filip	114245	1	1	1	1		1	1	1	1		1	9	11	82
Hodeček Martin	114238		1		1			1	1	1	1	1	7	11	64
Sedlák Jan	114471	1	1	1	1	1	1	1	1			1	9	11	82
Gryc Šimon	114658	1	1	1	1				1	1	1		7	11	64
Cornejo Martin	115148	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	10	11	91
Opluštil Jakub	114484	1		1	1	1	1			1			6	11	55
Hlůšek Šimon	115042	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	10	11	91
Chorvát Tomáš	115044	1		1	1			1		1	1	1	7	11	64
Mičuda Daniel	115045	1	1	1	1		1	1	1	1	1		9	11	82
Sláma Daniel	118503	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	9	11	82

Obrázek č.61 Výkaz docházky tréninků SCM U19 za duben 2022

SCM U23 duben 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	4/5	6	7	11/12	13	19	20	21	25/26	27	28	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Svoboda Dominik	113547												0	11	0
Barták Václav	113304	1	1		1		1	1			1		6	11	55
Harviščák Patrik	113306		1		1	1	1		1	1	1	1	8	11	73
Sedláček Miloš	113545	1	1	1	1	1				1	1		7	11	64
Merta Antonín	113551	1			1			1	1	1	1	1	7	11	64
Svoboda Lukáš	113797	1	1	1	1	1	1	1	1				7	11	64
Vašíček Michal	114060	1			1	1	1	1	1	1			7	11	64
Kratochvíl Jan	114237	1	1	1	1	1	1	1	1		1		9	11	82
Pavlů Matyas	113550	1			1	1	1		1	1			6	11	55

Obrázek č.62 Výkaz docházky tréninků SCM U23 za duben 2022

SCM ženy/dívky květen 2022

Nováková Anna	113303																		0	13	0
Stará Kristýna	113408																		0	13	0
Cídllová Johana	107239	1	1			1	1			1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	13	85
Viktorie Honková	105623					1	1								1	1			6	13	46
Kateřina Dánělová	117886		1																3	13	23

Obrázek č.63 Výkaz docházky tréninků SCM ženy/dívky za květen 2022

SCM U14 květen 2022

Okurek Šimon	104839	1	1		1	1	1			1	1	1							11	13	85
Pořízek František	105775	1	1			1	1	1			1	1	1	1	1	1	1	1	11	13	85
Müller Tobias	105782	1	1			1	1			1	1								10	13	77
Jirka Dominik	106665	1	1			1	1			1	1								10	13	77
Žižka Filip	106703																		0	13	0
Popelka Matyáš	106734																		0	13	0
Křístek Jakub	116157	1			1	1		1	1	1	1							7	13	54	
Bonczar Bruno	107245																	1	13	8	
Dvorský Matyáš	107752	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	13	92	
Baručák Dominik	107981			1		1			1	1	1							7	13	54	
Ianis Nepala	117910	1	1			1			1	1								9	13	69	

Obrázek č.64 Výkaz docházky tréninků SCM U14 za květen 2022

SCM U16 květen 2022

Tichý Mikuláš	104600	1		1			1	1					1	1					7	13	54
Růžička Vendelín	106669		1						1	1	1	1	1	1	1	1	1		7	13	54
Bevilacqua Nicola	106775	1		1		1	1			1	1							1	8	13	62
Štásta Jáchym	107250	1	1			1	1			1	1								6	13	46
Imrich Jakub	104730																		0	13	0
Holub Josef	105770																		0	13	0
Hlúšek Jonáš	105771			1			1	1			1	1	1	1	1	1	1		8	13	62
Kincl Mikuláš	105781	1	1			1				1	1								9	13	69
Wagner Šimon	116240	1	1			1				1		1	1	1	1	1	1		7	13	54
Bosco E. Lazárek	106843		1			1	1			1									4	13	31

Obrázek č.65 Výkaz docházky tréninků SCM U16 za květen 2022

SCM U19 květen 2022

Krecl Michal	114236	1		1		1		1	1	1					1	1			9	13	69
Duda Filip	114245	1	1				1				1				1	1			7	13	54
Hodeček Martin	114238	1		1		1		1	1		1	1	1	1	1	1	1		9	13	69
Sedlář Jan	114471	1	1			1	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1		9	13	69
Gryc Šimon	114658	1	1			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		10	13	77
Cornejo Martin	115148	1	1	1		1	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1		11	13	85
Opluštil Jakub	114484	1	1			1	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1		9	13	69
Hlúšek Šimon	115042	1	1	1		1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		11	13	85
Chorvát Tomáš	115044	1	1	1		1	1			1							1	1	8	13	62
Mičuda Daniel	115045	1	1			1	1			1	1				1	1	1		9	13	69
Sláma Daniel	118503	1	1			1	1	1			1	1	1	1	1	1	1		9	13	69

Obrázek č.66 Výkaz docházky tréninků SCM U19 za květen 2022

SCM U23 květen 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	2/3	4	5	9/10	11	12	16/17	18	19	23/24	25	26	30/31	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Svoboda Dominik	113547														0	13	0
Barták Václav	113304														0	13	0
Harviščák Patrik	113306														0	13	0
Sedláček Miloš	113545														0	13	0
Merta Antonín	113551														0	13	0
Svoboda Lukáš	113797														0	13	0
Vašíček Michal	114060														0	13	0
Kratochvíl Jan	114237									1					1	13	8
Pavů Matyas	113550														0	13	0

Obrázek č.67 Výkaz docházky tréninků SCM U23 za květen 2022

SCM ženy/dívky červen 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	1	2	6.7	8	9	13/14	15	16	21	22	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Cídllová Johana	107239	1		1	1		1	1				5	8	63
Viktorie Honková	105623	1		1			1	1				4	8	50
Kateřina Dánielová	117886			1			1	1				3	8	38

Obrázek č.68 Výkaz docházky tréninků SCM ženy/dívky za červen 2022

SCM U14 červen 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	1	2	6.7	8	9	13/14	15	16	21	22	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Okurek Šimon	104839	1	1	1	1	1	1	1	1			8	8	100
Požizek František	105775	1			1			1	1			4	8	50
Müller Tobias	105782	1		1	1		1	1	1			6	8	75
Jírka Dominik	106665	1		1	1		1	1	1			6	8	75
Žižka Filip	106703				1				1			2	8	25
Popelka Matyáš	106734		1	1					1			3	8	38
Kristek Jakub	116157			1								1	8	13
Bonczar Bruno	107245											0	8	0
Dvorský Matyáš	107752	1		1	1		1	1	1			6	8	75
Baručák Dominik	107981	1		1	1				1			4	8	50
Janis Nepala	117910			1	1		1	1	1			5	8	63

Obrázek č.69 Výkaz docházky tréninků SCM U14 za červen 2022

SCM U16 červen 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	1	2	6.7	8	9	13/14	15	16	21	22	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Tichý Mikuláš	104600			1			1	1	1			4	8	50
Růžička Vendelín	106669			1			1	1	1			4	8	50
Bevilacqua Nicola	106775			1		1	1					3	8	38
Štásta Jáchym	107250											0	8	0
Imrich Jakub	104730											0	8	0
Holub Josef	105770			1	1		1	1	1			5	8	63
Hlůšek Jonáš	105771	1		1			1	1	1			5	8	63
Kincl Mikuláš	105781	1		1								2	8	25
Wagner Šimon	116240								1	1		2	8	25
Bosco E. Lazárek	106843											0	8	0

Obrázek č.70 Výkaz docházky tréninků SCM U16 za červen 2022

SCM U19 červen 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	1	2	6.7	8	9	13/14	15	16	21	22	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Krecl Michal	114236	1		1	1	1		1		1		6	10	60
Duda Filip	114245		1	1				1	1		1	5	10	50
Hodeček Martin	114238	1		1	1	1	1			1	1	7	10	70
Sedlář Jan	114471	1	1			1		1	1	1		6	10	60
Gryc Šimon	114658			1	1	1	1	1				5	10	50
Cornejo Martin	115148	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	10	100
Opluštil Jakub	114484	1		1	1			1		1	1	6	10	60
Hlůšek Šimon	115042		1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	10	90
Chorvát Tomáš	115044	1			1	1	1	1	1	1		6	10	60
Mičuda Daniel	115045	1		1	1			1	1	1		6	10	60
Sláma Daniel	118503		1	1	1	1	1		1	1		7	10	70

Obrázek č.71 Výkaz docházky tréninků SCM U19 za červen 2022

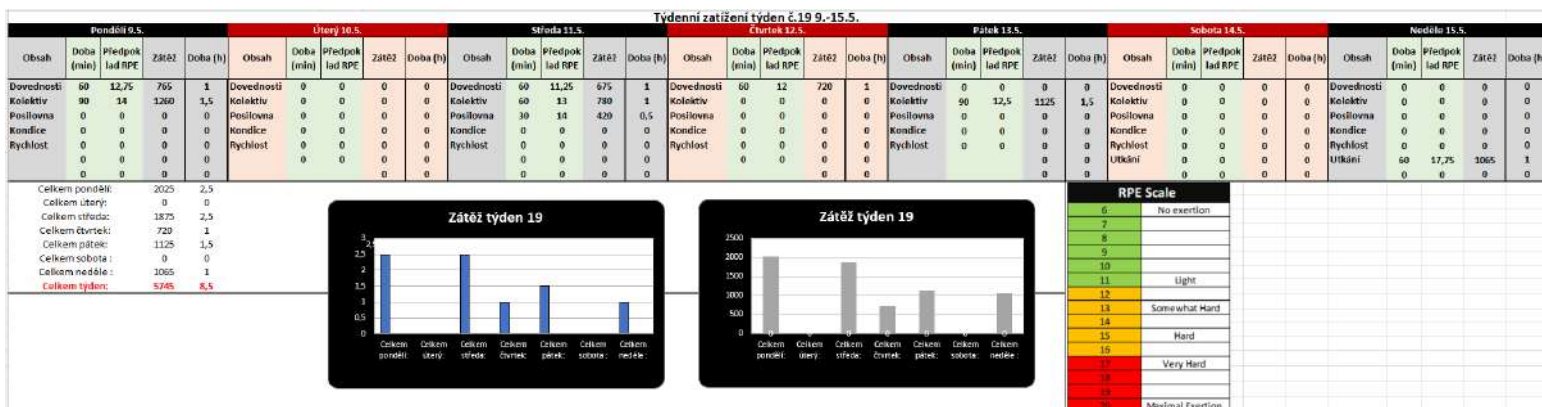
SCM U23 červen 2022

JMÉNO HRÁČE	Licence	1	2	6.7	8	9	13/14	15	16	21	22	CELKOVÁ ÚČAST	POČET TRÉNINKŮ	ÚČAST V PROCENTECH
Svoboda Dominik	113547	1	1			1	1					5	10	50
Barták Václav	113304	1	1	1	1					1	1	6	10	60
Harviščák Patrik	113306		1	1			1	1	1			5	10	50
Sedláček Miloš	113545	1		1	1		1	1				5	10	50
Merta Antonín	113551	1	1			1						3	10	30
Svoboda Lukáš	113797	1	1		1						1	5	10	50
Vašíček Michal	114060	1						1	1	1	1	5	10	50
Kratochvíl Jan	114237	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	10	90
Pavlu Matyas	113550	1		1	1	1						4	10	40

Obrázek č.72 Výkaz docházky tréninků SCM U23 za červen 2022

3.2.3 Monitoring tréninkového zatížení

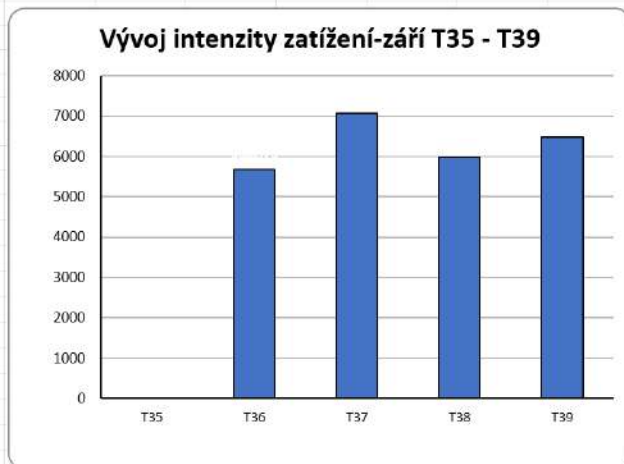
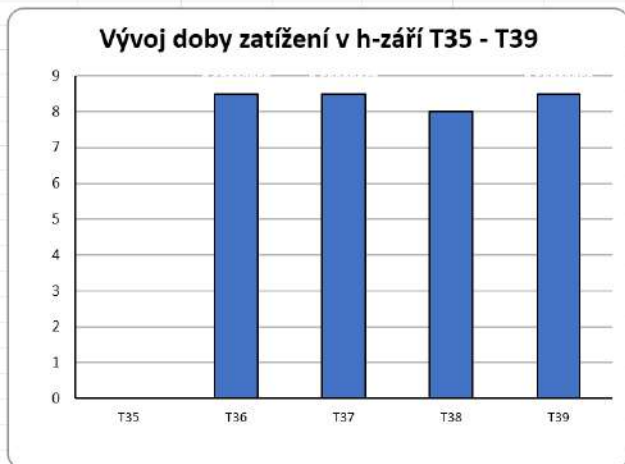
Z důvodu kontroly a budoucího předpisu tréninkových a soutěžních objemů byla nastavena xls tabulka ve které se vyplněním hodnot následně počítají celkové hodnoty hodin a intenzit tréninku v mikrocyklech (týdny), mezocyklech (měsíce) a makrocyklech (podzim a jaro) Kluby tímto vykazují jejich roční tréninkový proces, viz. Příloha č.7 Monitoring SCM 2021-2022.



Obrázek č.73 Příklad standardního týdne RCDB SCM U14 a výpočet hodin a intenzit TJ

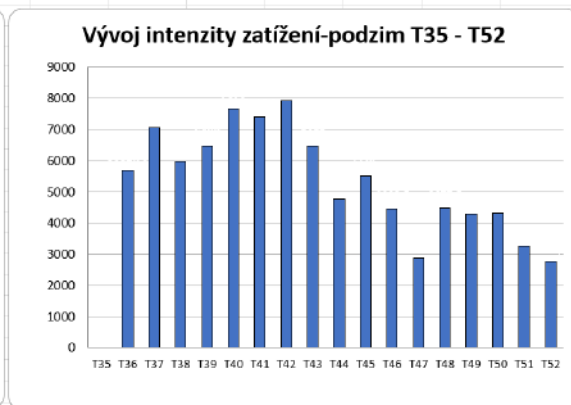
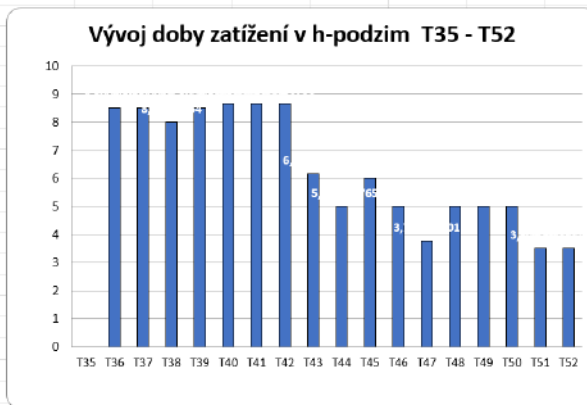
U14

Počet	Týden	Zatížení	Doba
1	T35	0	0
2	T36	5682,75	8,5000007
3	T37	7065	8,5000007
4	T38	5977,5	8,0000006
5	T39	6480	8,5000007
Celkem		25205,25	33,500003



Obrázek č.74 Příklad vývoje zatížení v mezocyklu září RCDB SCM U14

Počet	Týden	Zatížení	Doba
1	T35	0	0
2	T36	5682,75	8,500001
3	T37	7065	8,500001
4	T38	5977,5	8,000001
5	T39	6480	8,500001
6	T40	7675	8,666667
7	T41	7407,5	8,666668
8	T42	7922,5	8,666667
9	T43	6465	6,166667
10	T44	4777,5	5,000001
11	T45	5505	6,000001
12	T46	4462,5	5
13	T47	2880	3,7625
14	T48	4477,5	5
15	T49	4297,5	5
16	T50	4312,5	5
17	T51	3270	3,5
18	T52	2752,5	3,5
Celkem		91410,25	107,4292

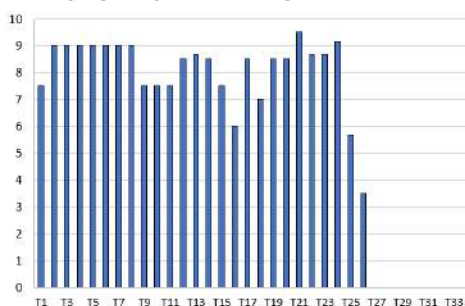


Obrázek č.75 Vývoj zatížení v makrocyklu podzim RCDB SCM U14

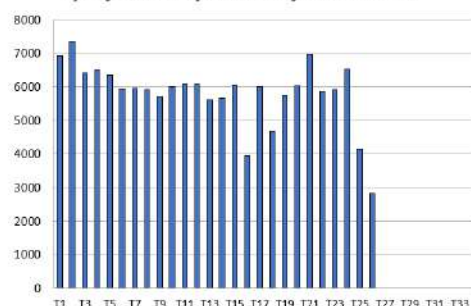
Počet	Týden	Zatížení	Doba
1	T1	6922,5	7,5000006
2	T2	7357,5	9,0000007
3	T3	6420	9,0000007
4	T4	6510	9,0000007
5	T5	6345	9,0000007
6	T6	5932,5	9,0000007
7	T7	5947,5	9,0000007
8	T8	5921,25	9,0000007
9	T9	5711,25	7,5000011
10	T10	6007,5	7,5000006
11	T11	6090	7,5000006
12	T12	6105	8,5000007
13	T13	5613,75	8,6666674
14	T14	5655	8,5000007
15	T15	6045	7,5000006
16	T16	3952,5	6,0000005
17	T17	6007,5	8,5000007
18	T18	4665	7,0000006
19	T19	5745	8,5000007
20	T20	6030	8,5000007
21	T21	6960	9,5000008
22	T22	5857,5	8,6666674
23	T23	5910	8,6666674
24	T24	6540	9,1666674
25	T25	4155	5,6666671
26	T26	2820	3,5000003
27	T27	0	0
28	T28	0	0
29	T29	0	0
30	T30	0	0
31	T31	0	0
32	T32	0	0
33	T33	0	0
34	T34	0	0

Celkem 107208,75 147.66668

Vývoj doby zatížení v h-jaro T1 - T34

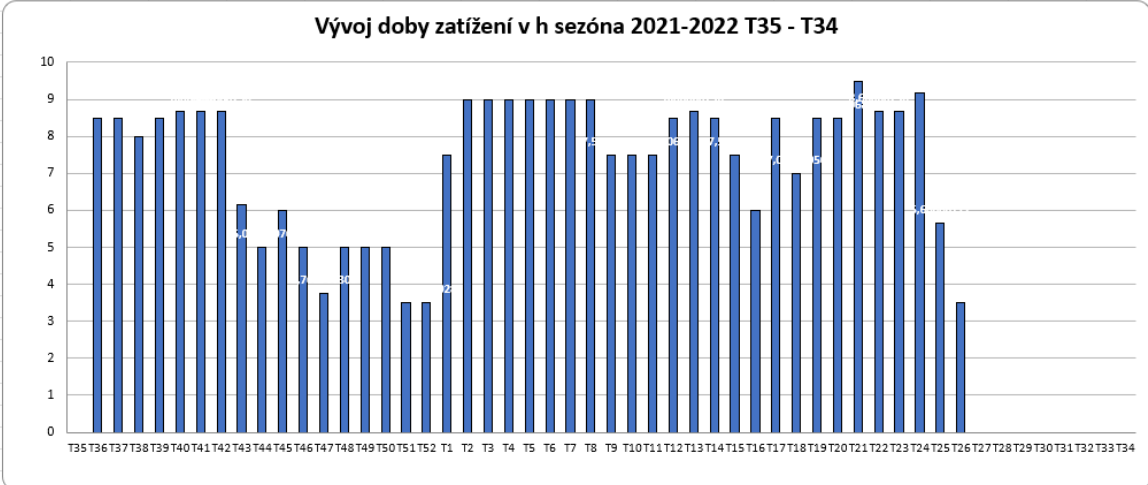
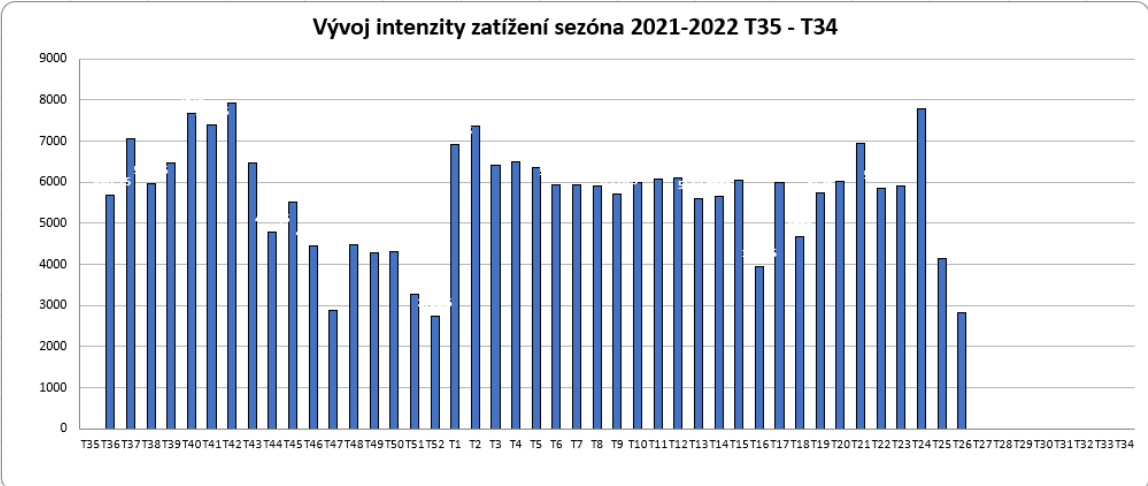


Vývoj intenzity zatížení-jaro T1 - T34



Obrázek č.76 Vývoj zatížení v makrocyklu jaro RCDB SCM U14

Počet	Týden	Zatížení	Doba
1	T35	0	0
2	T36	5682,75	8,5000007
3	T37	7065	8,5000007
4	T38	5977,5	8,0000006
5	T39	6480	8,5000007
6	T40	7675	8,6666674
7	T41	7407,5	8,6666677
8	T42	7922,5	8,6666674
9	T43	6465	6,1666672
10	T44	4777,5	5,0000008
11	T45	5505	6,0000008
12	T46	4462,5	5,0000004
13	T47	2880	3,7625003
14	T48	4477,5	5,0000004
15	T49	4297,5	5,0000004
16	T50	4312,5	5,0000004
17	T51	3270	3,5000003
18	T52	2752,5	3,5000003
19	T1	6922,5	7,5000006
20	T2	7357,5	9,0000007
21	T3	6420	9,0000007
22	T4	6510	9,0000007
23	T5	6345	9,0000007
24	T6	5932,5	9,0000007
25	T7	5947,5	9,0000007
26	T8	5921,25	9,0000007
27	T9	5711,25	7,5000011
28	T10	6007,5	7,5000006
29	T11	6090	7,5000006
30	T12	6105	8,5000007
31	T13	5613,75	8,6666674
32	T14	5655	8,5000007
33	T15	6045	7,5000006
34	T16	3952,5	6,0000005
35	T17	6007,5	8,5000007
36	T18	4665	7,0000006
37	T19	5745	8,5000007
38	T20	6030	8,5000007
39	T21	6960	9,5000008
40	T22	5857,5	8,6666674
41	T23	5910	8,6666674
42	T24	7800	9,1666674
43	T25	4155	5,6666671
44	T26	2820	3,5000003
45	T27	0	0
46	T28	0	0
47	T29	0	0
48	T30	0	0
49	T31	0	0
50	T32	0	0
51	T33	0	0
52	T34	0	0
Celkem		243896,5	317,26253



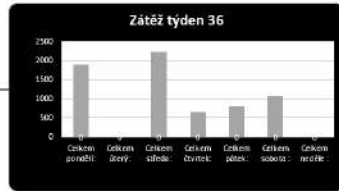
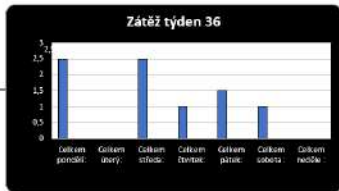
Obrázek č.77 Vývoj zatížení v ročním tréninkovém cyklu RCDB SCM U14

Celý soubor přehledu tréninkových objemů a intenzit viz. Příloha č.8 U14 Monitoring SCM 2021-2022

U16

Týdenní zatížení týden č.36 6.-12.9.

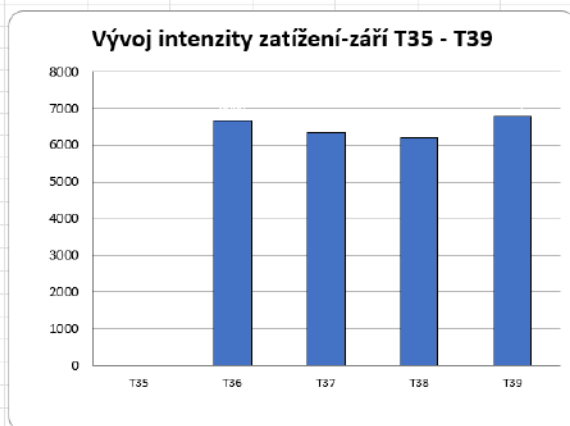
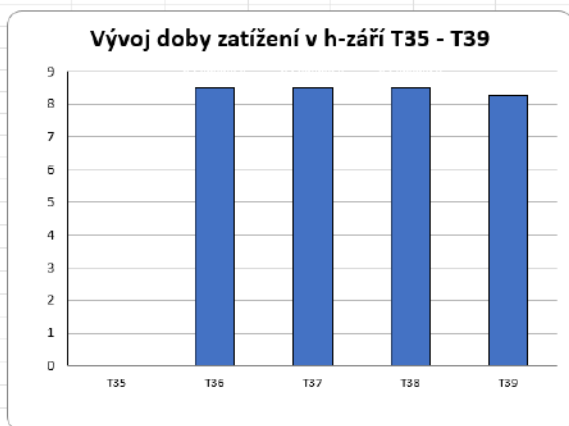
Pondělí 6.9.				Úterý 7.9.				Středa 8.9.				Čtvrtek 9.9.				Pátek 10.9.				Sobota 11.9.				Neděle 12.9.															
Obsah	Doba (min)	Předpoklad RPE	Zatížení	Doba (h)	Obsah	Doba (min)	Předpoklad RPE	Zatížení	Doba (h)	Obsah	Doba (min)	Předpoklad RPE	Zatížení	Doba (h)	Obsah	Doba (min)	Předpoklad RPE	Zatížení	Doba (h)	Obsah	Doba (min)	Předpoklad RPE	Zatížení	Doba (h)	Obsah	Doba (min)	Předpoklad RPE	Zatížení	Doba (h)										
Dovednost	60	11,5	690	1	Dovednost	0	0	0	0	Dovednost	30	9	270	0,5	Dovednost	60	11	660	1	Dovednost	0	0	0	0	Dovednost	0	0	0	0	Dovednost	0	0	0	0	Dovednost	0	0	0	0
Kolektiv	90	13,5	1215	1,5	Kolektiv	0	0	0	0	Kolektiv	90	16	1440	1,5	Kolektiv	0	0	0	0	Kolektiv	90	9	810	1,5	Kolektiv	0	0	0	0	Kolektiv	0	0	0	0	Kolektiv	0	0	0	0
Posilovna	0	0	0	0	Posilovna	0	0	0	0	Posilovna	0	0	0	0	Posilovna	0	0	0	0	Posilovna	0	0	0	0	Posilovna	0	0	0	0	Posilovna	0	0	0	0	Posilovna	0	0	0	0
Kondice	0	0	0	0	Kondice	0	0	0	0	Kondice	30	17	510	0,5	Kondice	0	0	0	0	Kondice	0	0	0	0	Kondice	0	0	0	0	Kondice	0	0	0	0	Kondice	0	0	0	0
Rychlost	0	0	0	0	Rychlost	0	0	0	0	Rychlost	0	0	0	0	Rychlost	0	0	0	0	Rychlost	0	0	0	0	Rychlost	0	0	0	0	Rychlost	0	0	0	0	Rychlost	0	0	0	0
Utkání	0	0	0	0	Utkání	0	0	0	0	Utkání	0	0	0	0	Utkání	0	0	0	0	Utkání	0	0	0	0	Utkání	60	17,75	1065	1	Utkání	0	0	0	0	Utkání	0	0	0	0
Celkem pondělí:	150	2,5	1905	2,5	Celkem úterý:	0	0	0	0	Celkem středa:	2220	2,5	2220	2,5	Celkem čtvrtek:	660	1	660	1	Celkem pátek:	810	1,5	810	1,5	Celkem sobota:	1065	1	1065	1	Celkem neděle:	0	0	0	0	Celkem týden:	6660	8,5	6660	8,5



RPE Scale	
6	No exertion
7	
8	
9	
10	
11	Light
12	
13	Somewhat Hard
14	
15	Hard
16	
17	Very Hard
18	
19	
20	Maximal Exertion

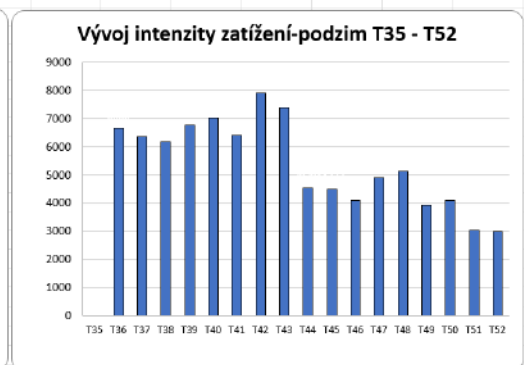
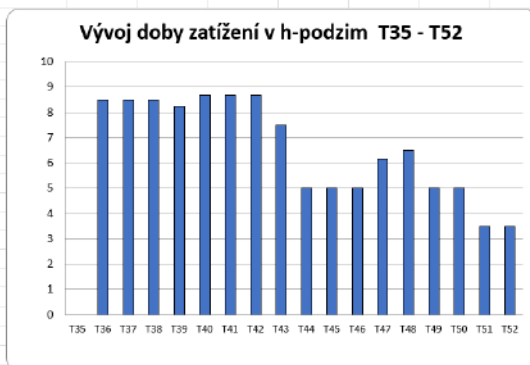
Obrázek č.78 Příklad standardního týdne RCDB SCM U16 a výpočet hodin a intenzit TJ

Počet	Týden	Zatížení	Doba
1	T35	0	0
2	T36	6660	8,5000007
3	T37	6354	8,5000007
4	T38	6202,5	8,5000007
5	T39	6772,5	8,2500007
Celkem		25989	33,750003



Obrázek č.79 Příklad vývoje zatížení v mezocyklu září RCDB SCM U16

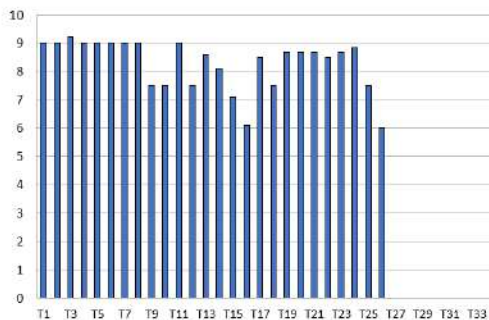
Počet	Týden	Zatížení	Doba
1	T35	0	0
2	T36	6660	8,5000007
3	T37	6354	8,5000007
4	T38	6202,5	8,5000007
5	T39	6772,5	8,2500007
6	T40	7022,5	8,6666674
7	T41	6417,5	8,6666677
8	T42	7930	8,6666674
9	T43	7380	7,5000006
10	T44	4545	5,0000004
11	T45	4477,5	5,0000004
12	T46	4102,5	5,0000004
13	T47	4895	6,1666672
14	T48	5137,5	6,5000005
15	T49	3945	5,0000004
16	T50	4102,5	5,0000004
17	T51	3045	3,5000003
18	T52	2985	3,5000003
Celkem		91974	111,91668



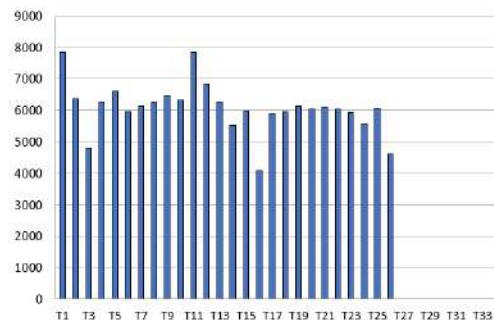
Obrázek č.80 Vývoj zatížení v makrocyklu podzim RCDB SCM U16

Počet	Týden	Zatížení	Doba
1	T1	7830	9,0000007
2	T2	6367,5	9,0000007
3	T3	4785	9,2208341
4	T4	6255	9,0000007
5	T5	6603,75	9,0000007
6	T6	5947,5	9,0000007
7	T7	6135	9,0000007
8	T8	6262,5	9,0000007
9	T9	6465	7,5000006
10	T10	6307,5	7,5000006
11	T11	7830	9,0000007
12	T12	6828,75	7,5000006
13	T13	6273,75	8,583334
14	T14	5505	8,083334
15	T15	5983,75	7,0833339
16	T16	4080	6,0833338
17	T17	5895	8,5000007
18	T18	5947,5	7,5000006
19	T19	6142,5	8,6666674
20	T20	6022,5	8,6666674
21	T21	6097,5	8,6666674
22	T22	6030	8,5000007
23	T23	5940	8,6666674
24	T24	5580	8,833334
25	T25	6060	7,5000006
26	T26	4627,5	6,0000005
27	T27	0	0
28	T28	0	0
29	T29	0	0
30	T30	0	0
31	T31	0	0
32	T32	0	0
33	T33	0	0
34	T34	0	0
Celkem		111302,5	149,55418

Vývoj doby zatížení v h-jaro T1 - T34

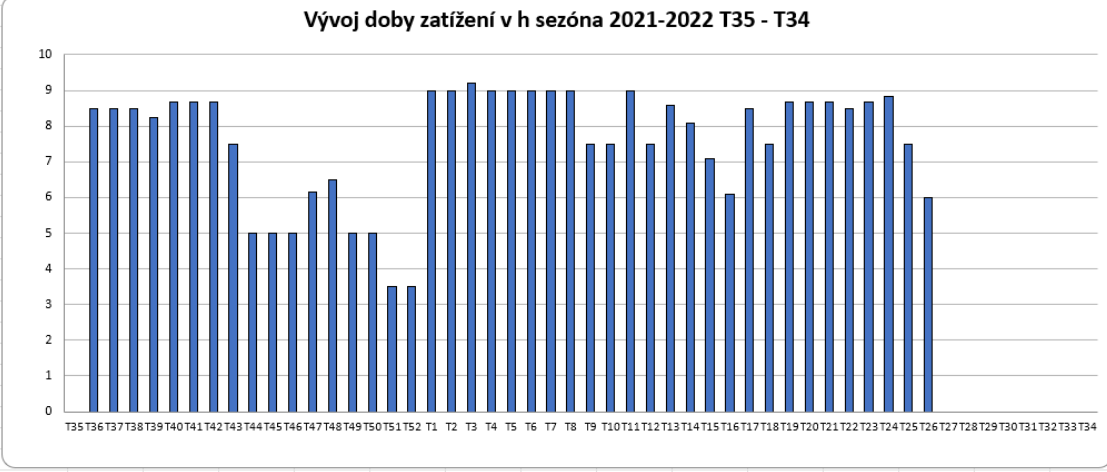
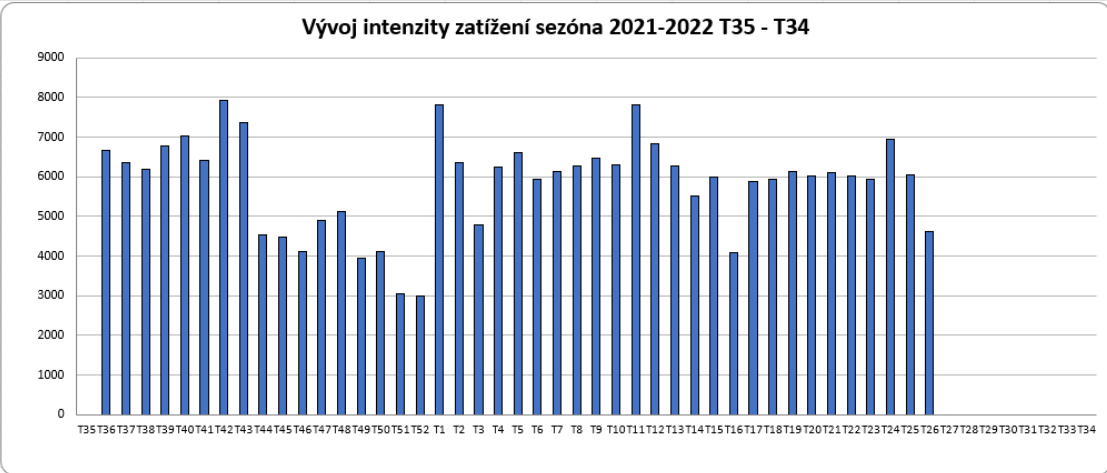


Vývoj intenzity zatížení-jaro T1 - T34



Obrázek č.81 Vývoj zatížení v makrocycly jaro RCDB SCM U16

Počet	Týden	Zatížení	Doba
1	T35	0	0
2	T36	6660	8,5000007
3	T37	6354	8,5000007
4	T38	6202,5	8,5000007
5	T39	6772,5	8,2500007
6	T40	7022,5	8,6666674
7	T41	6417,5	8,6666677
8	T42	7930	8,6666674
9	T43	7380	7,5000006
10	T44	4545	5,0000004
11	T45	4477,5	5,0000004
12	T46	4102,5	5,0000004
13	T47	4895	6,1666672
14	T48	5137,5	6,5000005
15	T49	3945	5,0000004
16	T50	4102,5	5,0000004
17	T51	3045	3,5000003
18	T52	2985	3,5000003
19	T1	7830	9,0000007
20	T2	6367,5	9,0000007
21	T3	4785	9,2208341
22	T4	6255	9,0000007
23	T5	6603,75	9,0000007
24	T6	5947,5	9,0000007
25	T7	6135	9,0000007
26	T8	6262,5	9,0000007
27	T9	6465	7,5000006
28	T10	6307,5	7,5000006
29	T11	7830	9,0000007
30	T12	6828,75	7,5000006
31	T13	6273,75	8,583334
32	T14	5505	8,083334
33	T15	5983,75	7,0833339
34	T16	4080	6,0833338
35	T17	5895	8,5000007
36	T18	5947,5	7,5000006
37	T19	6142,5	8,6666674
38	T20	6022,5	8,6666674
39	T21	6097,5	8,6666674
40	T22	6030	8,5000007
41	T23	5940	8,6666674
42	T24	6940	8,833334
43	T25	6060	7,5000006
44	T26	4627,5	6,0000005
45	T27	0	0
46	T28	0	0
47	T29	0	0
48	T30	0	0
49	T31	0	0
50	T32	0	0
51	T33	0	0
52	T34	0	0
Celkem		251136,5	326,97086

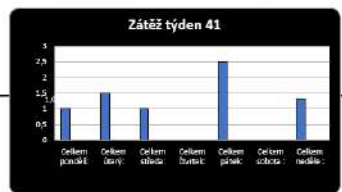


Obrázek č.82 Vývoj zatížení v ročním tréninkovém cyklu RCDB SCM U16

Celý soubor přehledu tréninkových objemů a intenzit viz. Příloha č.9 U16 Monitoring SCM 2021-2022

U19

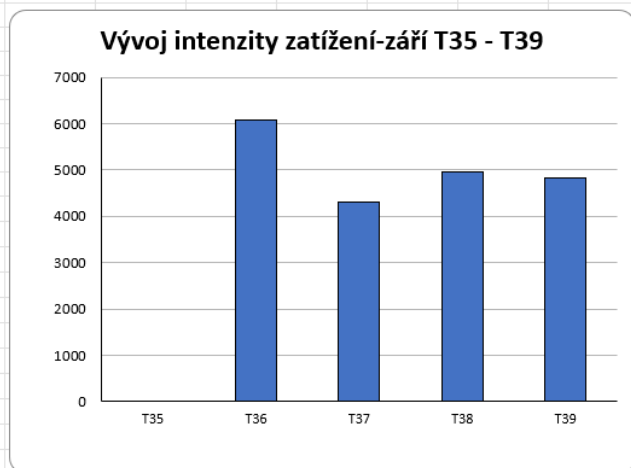
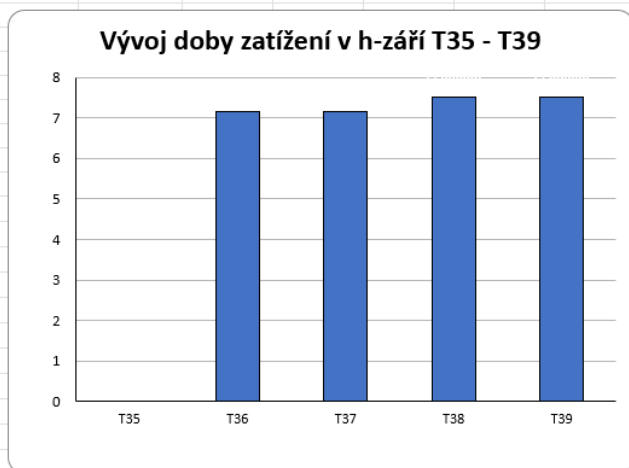
Týdenní zatížení týden č.41 11.-17.10.																																		
Pondělí 11.10.				Úterý 12.10.				Středa 13.10.				Čtvrtek 14.10.				Pátek 15.10.				Sabota 16.10.				Neděle 17.10.										
Obsah	Doba (min)	Přepoklad RPE	Zátěž	Obsah	Doba (min)	Přepoklad RPE	Zátěž	Obsah	Doba (min)	Přepoklad RPE	Zátěž	Obsah	Doba (min)	Přepoklad RPE	Zátěž	Obsah	Doba (min)	Přepoklad RPE	Zátěž	Obsah	Doba (min)	Přepoklad RPE	Zátěž	Obsah	Doba (min)	Přepoklad RPE	Zátěž	Obsah	Doba (min)	Přepoklad RPE	Zátěž			
Dovednost	60	10,5	630	1	Dovednost	0	0	0	Dovednost	0	0	0	Dovednost	0	0	0	Dovednost	60	11	660	1	Dovednost	0	0	0	Dovednost	0	0	0	Dovednost	0	0	0	
Kolektiv	0	0	0	Kolektiv	90	16,75	1507,5	1,5	Kolektiv	0	0	0	Kolektiv	0	0	0	Kolektiv	90	11,25	1012,5	1,5	Kolektiv	0	0	0	Kolektiv	0	0	0	Kolektiv	0	0	0	
Posilovna	0	0	0	Posilovna	0	0	0	0	Posilovna	0	0	0	Posilovna	0	0	0	Posilovna	0	0	0	0	Posilovna	0	0	0	Posilovna	0	0	0	Posilovna	0	0	0	
Kondice	0	0	0	Kondice	0	0	0	0	Kondice	30	18	540	0,5	Kondice	0	0	0	Kondice	0	0	0	0	Kondice	0	0	0	Kondice	0	0	0	Kondice	0	0	0
Rychlost	0	0	0	Rychlost	0	0	0	0	Rychlost	30	17	510	0,5	Rychlost	0	0	0	Rychlost	0	0	0	0	Rychlost	0	0	0	Rychlost	0	0	0	Rychlost	0	0	0
Utkání	0	0	0	Utkání	0	0	0	0	Utkání	0	0	0	Utkání	0	0	0	Utkání	0	0	0	0	Utkání	0	0	0	Utkání	0	0	0	Utkání	0	0	0	
Celkem pondělí:	600	1	1507,5	1,5	Celkem úterý:	1050	1	Celkem středa:	0	0	0	Celkem čtvrtek:	0	0	0	Celkem pátek:	1672,5	2,5	Celkem sobota:	0	0	0	Celkem neděle:	1520	1,3333	Celkem týden:	6380	7,3333	0	0	0	0		



RPE Scale	Description
6	No exertion
7	
8	
9	
10	
11	Light
12	
13	Somewhat Hard
14	
15	Hard
16	
17	Very Hard
18	
19	
20	Maximal Exertion

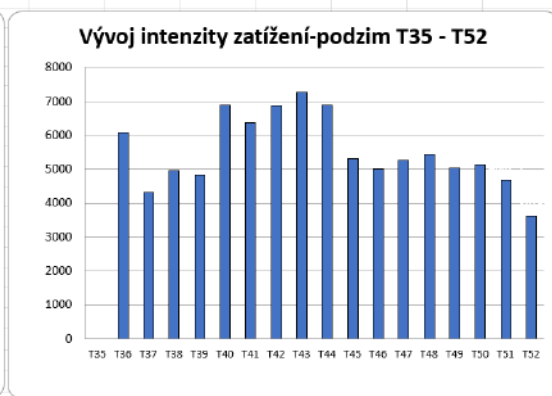
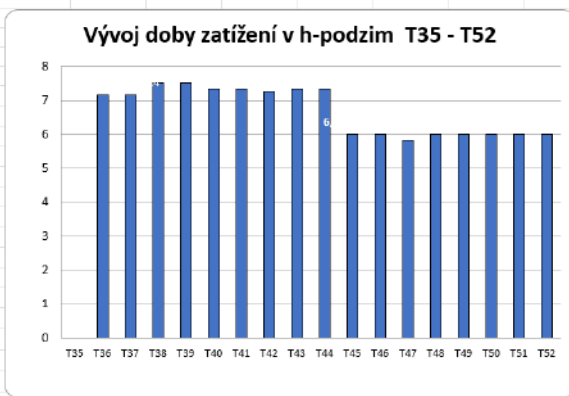
Obrázek č.83 Příklad standartního týdne RCDB SCM U19 a výpočet hodin a intenzit TJ

Počet	Týden	Zatížení	Doba
1	T35	0	0
2	T36	6080	7,16666724
3	T37	4304,5	7,16666724
4	T38	4965	7,5000006
5	T39	4836,25	7,5000006
Celkem		20185,75	29,3333357



Obrázek č.84 Příklad vývoje zatížení v mezocyklu září RCDB SCM U19

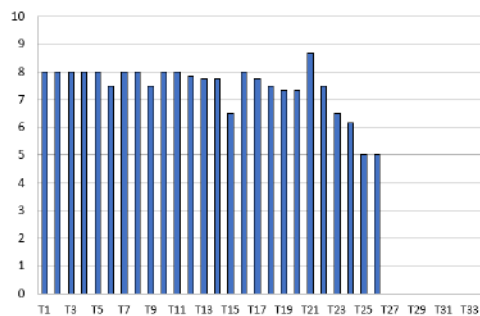
Počet	Týden	Zatížení	Doba
1	T35	0	0
2	T36	6080	7,1666672
3	T37	4304,5	7,1666672
4	T38	4965	7,5000006
5	T39	4836,25	7,5000006
6	T40	6895	7,3333339
7	T41	6380	7,3333339
8	T42	6866,25	7,2500006
9	T43	7272,5	7,3333339
10	T44	6897,5	7,3333339
11	T45	5310	6,0000005
12	T46	5002,5	6,0000005
13	T47	5257,5	5,8333338
14	T48	5422,5	6,0000005
15	T49	5040	6,0000005
16	T50	5137,5	6,0000005
17	T51	4687,5	6,0000005
18	T52	3615	6,0000005
Celkem		93969,5	113,75001



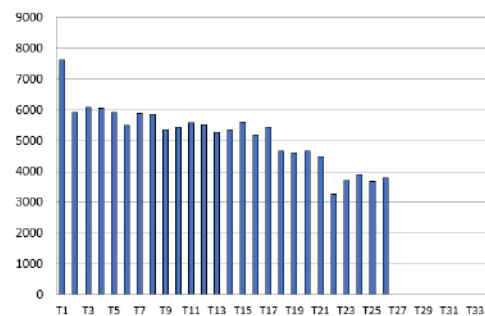
Obrázek č.85 Vývoj zatížení v makrocyklu podzim RCDB SCM U19

Počet	Týden	Zatížení	Doba
1	T1	7620	8,0000006
2	T2	5925	8,0000006
3	T3	6067,5	8,0000006
4	T4	6052,5	8,0000006
5	T5	5906,25	8,0000006
6	T6	5486,25	7,5000006
7	T7	5891,25	8,0000006
8	T8	5861,25	8,0000006
9	T9	5343,75	7,5000006
10	T10	5441,25	8,0000006
11	T11	5572,5	8,0000006
12	T12	5516,25	7,8333334
13	T13	5272,5	7,7500006
14	T14	5362,5	7,7500006
15	T15	5595	6,5000005
16	T16	5197,5	8,0000006
17	T17	5437,5	7,7500006
18	T18	4650	7,5000006
19	T19	4597,5	7,3333339
20	T20	4650	7,3333339
21	T21	4477,5	8,6666674
22	T22	3255	7,5000006
23	T23	3720	6,5000005
24	T24	3900	6,1666672
25	T25	3690	5,0000004
26	T26	3780	5,0000004
27	T27	0	0
28	T28	0	0
29	T29	0	0
30	T30	0	0
31	T31	0	0
32	T32	0	0
33	T33	0	0
34	T34	0	0
Celkem		102198,75	140,08334

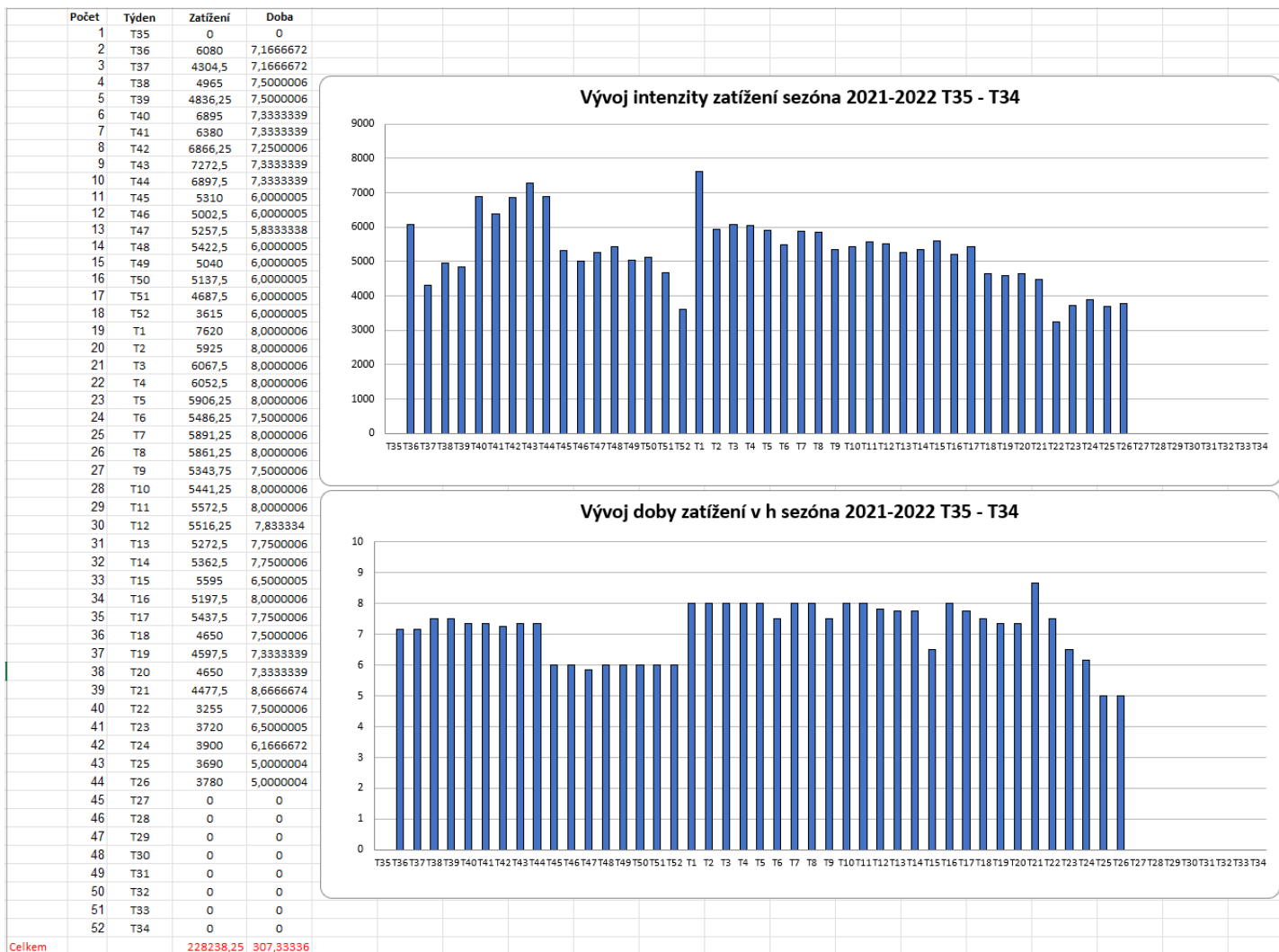
Vývoj doby zatížení v h-jaro T1 - T34



Vývoj intenzity zatížení-jaro T1 - T34



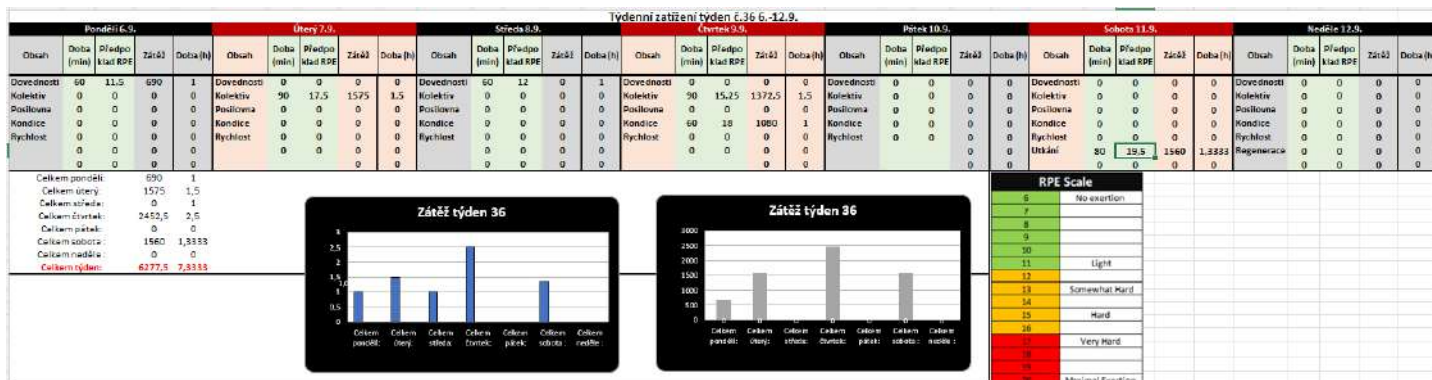
Obrázek č.86 Vývoj zatížení v makrocycly jaro RCDB SCM U19



Obrázek č.87 Vývoj zatížení v ročním tréninkovém cyklu RCDB SCM U19

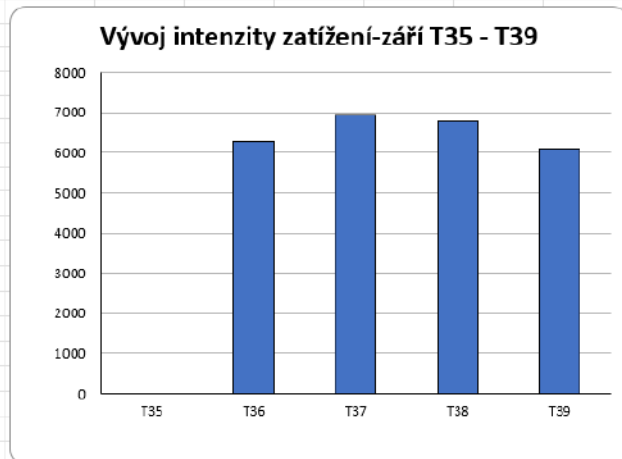
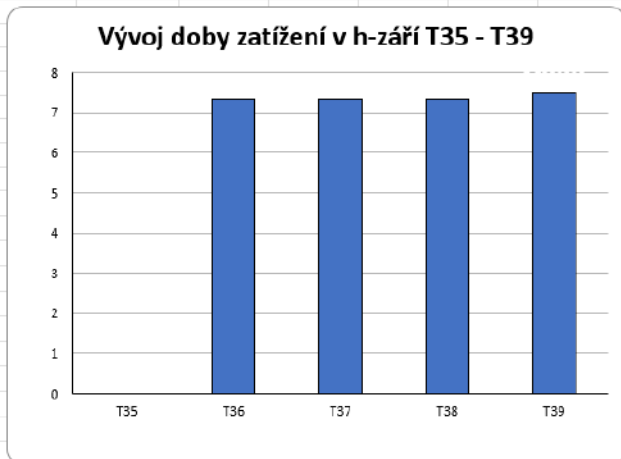
Celý soubor přehledu tréninkových objemů a intenzit viz. Příloha č.10 U19 Monitoring SCM 2021-2022.

U23

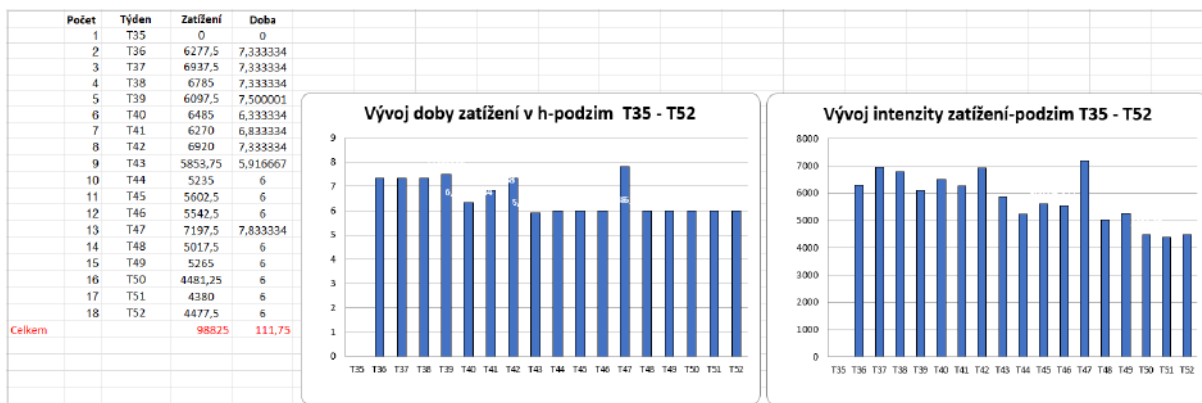


Obrázek č.88 Příklad standardního týdne RCDB SCM U19 a výpočet hodin a intenzit TJ

Počet	Týden	Zatížení	Doba
1	T35	0	0
2	T36	6277,5	7,33333392
3	T37	6937,5	7,33333392
4	T38	6785	7,33333392
5	T39	6097,5	7,5000006
Celkem		26097,5	29,5000024

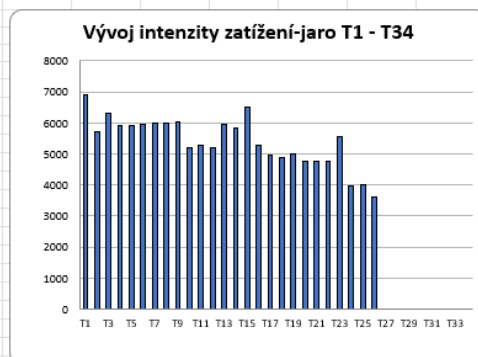
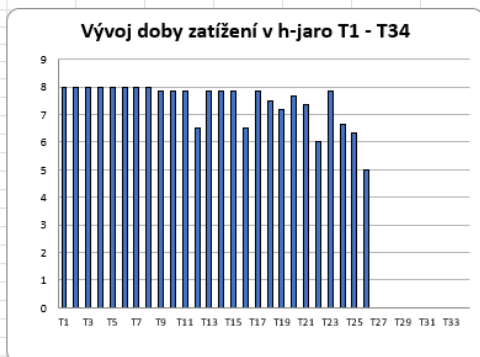


Obrázek č.89 Příklad vývoje zatížení v mezocyklu září RCDB SCM U23

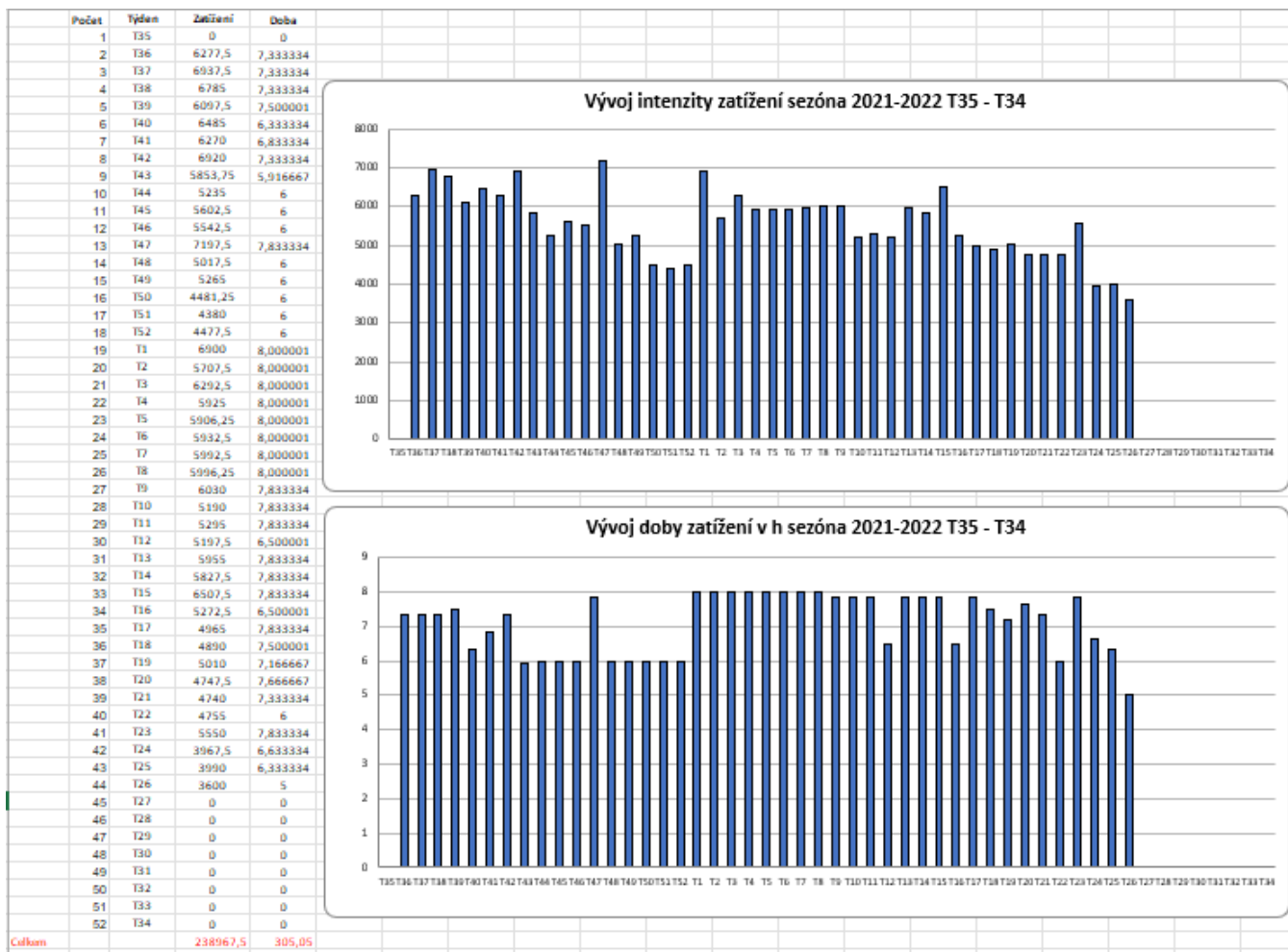


Obrázek č.90 Příklad vývoje zatížení v makrocyklu podzim RCDB SCM U23

Počet	Týden	Zatížení	Doba
1	T1	6900	8,000001
2	T2	5707,5	8,000001
3	T3	6292,5	8,000001
4	T4	5925	8,000001
5	T5	5906,25	8,000001
6	T6	5932,5	8,000001
7	T7	5992,5	8,000001
8	T8	5996,25	8,000001
9	T9	6030	7,833334
10	T10	5190	7,833334
11	T11	5295	7,833334
12	T12	5197,5	6,500001
13	T13	5955	7,833334
14	T14	5827,5	7,833334
15	T15	6507,5	7,833334
16	T16	5272,5	6,500001
17	T17	4965	7,833334
18	T18	4890	7,500001
19	T19	5010	7,166667
20	T20	4747,5	7,666667
21	T21	4740	7,333334
22	T22	4755	6
23	T23	5550	7,833334
24	T24	3967,5	6,633334
25	T25	3990	6,333334
26	T26	3600	5
27	T27	0	0
28	T28	0	0
29	T29	0	0
30	T30	0	0
31	T31	0	0
32	T32	0	0
33	T33	0	0
34	T34	0	0
Celkem		103782,5	139,3333



Obrázek č.90 Příklad vývoje zatížení v makrocycly jaro RCDB SCM U23



Obrázek č.90 Příklad vývoje zatížení v ročním tréninkovém cyklu RCDB SCM U23

3.2.4 Hodnocení

Klubové hodnocení 1.roku Sportovních Center Mládeže

1. Celková organizace projektu SCM

- připomínky k řízení projektu SCM

Projekt SCM považujeme za jednoznačně přínosný projekt. Přínos představuje zejména zaměření projektu na klíčová národní témata. Tato problematika představuje slabé místo mládežnického ragby v ČR a ragby obecně. Zaměření na tato témata vnímáme jako zásadní pro další rozvoj ragby obecně.

- pravidelnost, četnost a srozumitelnost informací o projektu SCM

Prezentace informací směrem k jednotlivým klubům je plynulá a srozumitelná. Pokud dojde k nejasnostem, je vedoucí projektu pravidelně k zastížení i na telefonu. V praxi nedošlo v tomto směru ke komplikaci, která by stála za zmínku.
- termíny projektu
K termínům nemáme připomínky.
- připomínky k financování
Projekt se jeví jako životaschopný, a ani v rámci financování nevznikly zásadní problémy.
- připomínky k žádosti a procesu výběru klubů
Mechanismus žádostí a proces výběru klubů lze považovat za srozumitelný a transparentní.

2. Proces SCM

- připomínky k nastavení testování a výběru hráčů
Nastavené testovací parametry, jsou splnitelné za předpokladu minimální soustavné přípravy. Jsou průchozí pro všechny kategorie.
- připomínky k monitoringu doby a intenzity zatížení
Praktikovaný model monitoringu představuje jistou administrativní zátěž, ale chápeme nutnost vyhodnocování výsledků projektu. Je ovšem nezbytné přihlídnout k faktu, že výsledky projektu se v praxi budou na hráčích projevovat až za několik let.
- připomínky k monitoringu docházky
K monitoringu docházky nemáme připomínky.
- připomínky a návrhy obecně
Jak jsme již uvedli, projekt SCM a jeho zaměření na klíčová národní témata považujeme za velmi přínosný. Pokud bychom měli něco navrhnout, tak snad zvýšený akcent na obranu (skládka, postavení bránících hráčů a hra bez míče obecně). Konfrontace s evropskými týmy všech kategorií jasně ukazuje, že obrana představuje velkou slabinu českého ragby.
V rámci obecných připomínek k administraci SCM bych požádal o zaslání hodnotících formulářů s větším předstihem. Hodnocení připadlo na červenec a to je jediný letní měsíc, kdy lze čerpat dovolenou, aniž by to mělo negativní vliv na chod klubu a SCM.

3. Proces RSCM

- připomínky k řízení projektu RSCM
K řízení RSCM nemáme připomínky. Jako velký přínos lze označit aktivní účast pražských trenérů na moravských srazech.
- připomínky k informovanosti okolo projektu RSCM
Informovanost v rámci RSCM je dostatečná.
- připomínky k termínům RSCM
Pro moravskou část projektu je jen těžko průchozí předvánoční termín regionálního srazu v Praze. V druhé polovině prosince se obecně těžko motivují hráči nižších věkových kategorií. Tito bývají v tomto období „odvlečení“ rodiči na společensky zásadní návštěvy rodinných příslušníků a na rodinné rekreace na horách.
- připomínky a návrhy obecně k projektu RSCM
Vnímáme jako ohleduplné posunutí začátku v Praze regionálních srazů pro moravské účastníky. Účast moravských hráčů na srazech v Praze, představuje významnou časovou zátěž.



4. Návrhy pro další ročník SCM a RSCM

Pokud je to možné, ocenili bychom o vypsání regionálních srazů v co největším předstihu. Jako podnět pro náplň regionálních srazů bychom ocenili speciálně zaměřené tréninkové jednotky. Například pro hráče 1. a 2. řady, pro hráče roje obecně, speciální tréninky pro hru spojek a hráčů v útoku. Rozhodně bychom rádi podpořili další pokračování a rozvíjení klíčových národních témat. Tato témata zrcadlí problematiku, která představuje slabá místa českého ragby a považujeme za velmi užitečné dále je akcentovat.

5. Další poznámky

Datum	19. 07. 2022
--------------	--------------

Jméno a příjmení zástupce hodnotícího klubu RC Dragon Brno.	Petr Giacintov, Martin Škára, Linda Vrátníčková
Funkce v klubu	Hlavní trenér a trenéři projektu SCM

3.3. Rugby Club Bystrc

3.3.1 Docházka

Data nejsou k dispozici.

3.3.2 Monitoring tréninkového zatížení

Data nejsou k dispozici.

3.3.3 Hodnocení

Data nejsou k dispozici.

4. 3.4.1 Hodnocení

5.

6.

SPORTOVNÍ CENTRUM MLÁDEŽE

Rugby Club Sparta Praha

Sezóna 2022/2023

Tréninková místa (travnaté hřiště, umělá tráva, atletický ovál, posilovna)

Tréninková jednotka – 1 hodina (60 minut)

Personální obsazení:

- Marek Švif (rugby, kondiční a fyzická příprava)
- Tomáš Pešák (atletická výbušnost U16-U19)
- Lotfi Zaddem (atletická příprava U12-U14)
- Sheldon Fortuin (atletická příprava U12-U14)
- Michal Širůčka (posilovna U16-U19)
- Podpora hráčů A-týmu (dle jednotlivých postů)

Hráčské obsazení:

U14 – 2008/2009

- Ondřej Malý (2009)
- Ahmed Mustafa (2008)
- Jakub Jandík (2009)
- Thor Pauer (2008)
- Ondřej Grabowski (2009)
- Matyáš Houbá (2009)
- David Chadt (2008)

U16 – 2006/2007

- Viktor Jakovec (2007)
- Vojtěch Klímt (2007)
- Oliver Pojkar (2007)
- Tadeáš Feist (2007)
- Matyáš Jandík (2006)
- Lukáš Zeman (2006)
- Jaroslav Horák (2006) – reprezentace U16
- Vítek Vrabec (2006) – reprezentace U16
- Daniel Szabó (2006) – reprezentace U16

U19 – 2003/2005

- Martin Bejček (2005)
- Michal Štěpánek (2005)
- Tomáš Diviš (2005)
- Josef Pokorný (2005)
- Michal Kotík (2005)
- Matyáš Hýka (2005)

kontakt: Marek Švif telefon: +420 732 792 404 email: marekšvif@rcsparta.cz

7.

SPORTOVNÍ CENTRUM MLÁDEŽE

Rugby Club Sparta Praha

Programové rozložení jednotlivých měsíců

Září 2021

Téma měsíce: zjištění stavu hráčů

Cíl: analyzovat stav a pokusit se najít vhodný typ přípravy

kategorie	počet jednotek	účast (procenta)	počet hráčů / jednotka
SCM U14	5	94 %	10 (12)
SCM U16	5	90 %	8 (10)
SCM U19	5	82 %	8 (12)

Problémy: začátek projektu, hledání motivace pro hráče, aby chodili pravidelně

Pozitiva: nadšení mladších hráčů, pozitivní přístup, klubová podpora

Náplň tréninků:

- Fyzické testy (Bronco test, Illinois test, skok z místa, kliky, sprint 30 m)
- Cvičení na zjištění stavu dovedností
- Testy obratnosti
- Komunikace o plánu a budoucnosti hráče

Říjen 2021

Téma měsíce: proč trénovat více

Cíl: zvýšení tréninkových jednotek

kategorie	počet jednotek	účast (procenta)	počet hráčů / jednotka
SCM U14	13	57 %	8 (12)
SCM U16	13	52 %	6 (10)
SCM U19	13	41 %	6 (12)

Problémy: první měsíc projektu, hledání směru tréninků, tréninkové časy

Pozitiva: rozšíření týmu o trenéry atletiky

Náplň tréninků

- Typy přihrávek
- Pohyb po hřišti (teorie + praxe)
- Dovednosti v souboji 1na1
- Doplněno obratnostními cviky a výbušnou atletikou (1x týdně)

kontakt: Marek Švif telefon: +420 732 792 404 email: marekswif@rcsparta.cz

8.

SPORTOVNÍ CENTRUM MLÁDEŽE

Rugby Club Sparta Praha

Listopad 2021

Téma měsíce: přihrávka a příjem (národní sportovní téma)

Cíl: zlepšení práce s míčem

kategorie	počet jednotek	účast (procenta)	počet hráčů / jednotka
SCM U14	12	67 %	9 (12)
SCM U16	12	63 %	7 (10)
SCM U19	12	44 %	6 (12)

Problémy: první měsíc projektu, hledání směru tréninků, tréninkové časy

Pozitiva: rozšíření týmu o trenéry atletiky

Regionální srazy

- 20.11.2021 – Skládka
- 27.11.2021 – přihrávka a příjem

Náplň tréninků

- Typy přihrávek
- Použití správného typu přihrávky
- Příjem přihrávky a následná distribuce
- Odstranění problému se slabší stranou (přihrávka)
- obratnostní cviky a výbušnou atletikou (1x týdně)

Prosinec 2021

Téma měsíce: skládka (národní téma)

Cíl: vysvětlení základů a odstranění strachu

kategorie	počet jednotek	účast (procenta)	počet hráčů / jednotka
SCM U14	6	61 %	8 (12)
SCM U16	6	52 %	6 (10)
SCM U19	6	40 %	6 (12)

Problémy: snižující se počet hráčů, tréninkové plochy

Pozitiva: zájem o detailnější informace a teoretické seznámení ze strany hráčů

Regionální sraz:

- 8.12.2021 Duel & Offload

Náplň tréninků

- základy kontaktu ve skládce

kontakt: Marek Švif telefon: +420 732 792 404 email: marek.svif@rcsparta.cz

9.

SPORTOVNÍ CENTRUM MLÁDEŽE

Rugby Club Sparta Praha

- jak vlastně skládat, typ skládky
- skládky ze strany, skládky čelem (matrace)
- zastav pětku
- komunikace při obraně

Leden 2022

Téma měsíce: Duel & Offload (národní téma) / fyzická příprava

Cíl: zlepšit přípravu na kontakt a přihrávku ve skládce

kategorie	počet jednotek	účast (procenta)	počet hráčů / jednotka
SCM U14	13	55 %	8 (10)
SCM U16	15	48 %	7 (11)
SCM U19	12	40 %	6 (9)

Problémy: období před pololetním vysvědčení, trénovací časy

Pozitiva: opětovný zájem o SCM po svátcích

Regionální sraz

- 8.1.2022 (komunikace a rozhodování)

Náplň tréninků

- přihrávka jednou rukou v kontaktu nebo před či po
- rozhodování v kontaktu
- práce s balónem v kontaktu
- odmítání soupeře při kontaktu
- přihrávky v kontaktu
- držení protihráče dál od míče
- směr a cíl podpory hráče v kontaktu
- atletická příprava (vytrvalost) – 1x týdně
- posilovna (dynamické cvičení) – 1x týdně

Únor 2022

Téma měsíce: Komunikace a rozhodování (národní téma) / fyzická příprava

Cíl: zefektivnit hru pomocí komunikace mezi hráči

kategorie	počet jednotek	účast (procenta)	počet hráčů / jednotka
SCM U14	10	55 %	8 (10)
SCM U16	14	48 %	7 (11)
SCM U19	11	40 %	6 (9)

kontakt: Marek Švif telefon: +420.732.792.404 email: marek.svif@rcsparta.cz

10.

SPORTOVNÍ CENTRUM MLÁDEŽE

Rugby Club Sparta Praha

Problémy: pololetní prázdniny, covidová opatření

Pozitiva: teplé počasí (lze trénovat venku)

Náplň tréninků

- adaptivní hry se změnou pravidel i podmínek
- seznámení se s tématem společný jazyk
- cvičení na pomalé i rychlé rozhodování
- Touch s různými pravidly
- atletická příprava (vytrvalost) – 1x týdně
- posilovna (dynamické cvičení) – 1x týdně

Zhodnocení podzimní a zimní fáze SCM

Po necelých pěti měsících se do projektu zapojilo celkem 30 hráčů a 1 hráčka z mládežnických kategorií U14-U19, což lze považovat v první fázi za úspěch.

Hned úvodní tréninky ukázaly, že je třeba opravdu začít od základů.

- Většinu hráčů limitují jejich pohybové schopnosti, které jsou přibližně v lepších případech na 50 % možnosti.
- Práce s míčem – chybí technika – rozhodování – kdy, a hlavně jaký tip přihrávky použít.
- Rozhodování – vše je zbrklé, většinou nevíme, čeho využít v souboji nebo před soubojem
- Nasazení – všichni kdo se rozhodli vstoupit do SCM přistupují k jednotkám zodpovědně a s nasazením, což je v podstatě jeden z nejdůležitějších faktorů, předešlé dovednosti se dají naučit.

Vzhledem ke skutečnosti, že projekt je dlouhodobý, nelze po úvodních měsících dělat ukvapené závěry. Teprve čas ukáže, jak může být SCM prospěšné rozvoji vyšší herní úrovně mládeže.

SCM pro dívky

V průběhu podzimu, byly také spuštěny společné tréninky dívek a žen. Tento projekt přivítaly obě strany s nadšením. Díky tomu bude lepší adaptace hráček, které dovrší věku 15 let a už nebudou moci hrát s chlapci žákovské ragby.

Společné tréninky probíhají pod vedením hráček české reprezentace 7's jsou do něj zapojeny všechny dívky kategorií UB-U14. V průběhu tohoto roku se plánuje navýšení společných tréninků, včetně zapojení dívek do atletické přípravy SCM.

Březen 2022

Téma měsíce: příprava na (jarní) utkání / tvorba denního plánu hráče

Cíl: představit hráčům, jak být lépe připravený na utkání, na co se soustředit

kategorie	počet jednotek	účast (procenta)	počet hráčů / jednotka
SCM U14	8	61 %	9 (10)

kontakt: Marek Švřít telefon: +420.732 792 404 email: marek.svir@rcsparta.cz

11.

SPORTOVNÍ CENTRUM MLÁDEŽE

Rugby Club Sparta Praha

SCM U16	8	47 %	7 (9)
SCM U19	8	42 %	5 (7)

Problémy: jarní prázdniny (poloviční účast), zranění ze zimních sportů, snížení počtu U19

Pozitíva: přesun na travnaté plochy, nová spolupráce s oddílem atletiky

Náplň tréninků

- atletická příprava (cvičení – výbušnost) 1x týdně
- Obratnostní cviky (poskoky, skoky, žebřík, atlet. překážky)
- míčová technika se zaměřením na komunikaci
- dovednostní arena – 10 přihrávek (změny podmínek a pravidel)
- seznámení se s pomalými a rychlými herními fázemi – kdy co použít
- začátek teoretických hodin (videa, pravidla, chápání hry, čtení soupeře)

Duben 2022

Téma měsíce: Pochop hru jako takovou, využij chyb soupeře

Cíl: seznámit hráče s podstatou hry, naučit je využívat slabín soupeře

kategorie	počet jednotek	účast (procenta)	počet hráčů / jednotka
SCM U14	9	63 %	8 (10)
SCM U16	13	44 %	7 (11)
SCM U19	6	71 %	5 (5)

Problémy: slabší účast – zkouškové období, náročný začátek sezóny

Pozitíva: začátek specializace na tréninky útočnicků (P. Vokrouhlik)

Náplň tréninků

- adaptivní hry v aréně
- souboje 2na2, 3na3
- hledání prostoru, uvolnění spoluhráče přihrávkou
- spolupráce na hřišti roj / útok
- rychlé přenesení hry na druhou stranu
- zpracovávání překopů a následný pohyb
- atletická příprava (cvičení – výbušnost) 1x týdně

Květen 2022

Téma měsíce: Rozhodování před a po kontaktu

Cíl: představit hráčům alternativy hry před a po kontaktu

kontakt: Marek Švrlík telefon: +420.732.792.404 email: marek.svrlik@rcsparta.cz

12.

SPORTOVNÍ CENTRUM MLÁDEŽE

Rugby Club Sparta Praha

kategorie	počet jednotek	účast (procenta)	počet hráčů / jednotka
SCM U14	8	61 %	8 (10)
SCM U16	7	52 %	6 (8)
SCM U19	5	62 %	5 (7)

Problémy: hlavní sezóna (únava), rodinné povinnosti, škola – závěrečné testy (maturity), časy tréninků

Pozitíva: nový hráči se zájmem trénovat v SCM, propojení tréninků s kategoriemi (prozatím konzultace U12-U14-U16-U18)

Náplň tréninků

- herní situace 1na1, 1na2, 2na3
- přihrávky v kontaktu a po kontaktu
- přihrávky ze země
- přihrávky jednou rukou
- navázání protihráče na svůj pohyb
- orientace v kontaktu – vyhodnocení situace a následné řešení

Červen 2022

Téma měsíce: specializace na postech (kopání, zvedání autu, mlýn)

Cíl: představit hráčům základy kopání, základy zvedání v autu, správné postavení v mlýnu atd.

kategorie	počet jednotek	účast (procenta)	počet hráčů / jednotka
SCM U14	8	61 %	8 (10)
SCM U16	7	52 %	6 (8)
SCM U19	5	62 %	5 (7)

Problémy: ŠvP, školní výlety, rodinné dovolené

Pozitíva: hráči už nejsou svázáni soutěží, chtějí se posouvat sportovně i herně, dobré reakce a specializované tréninky dle postů

Náplň tréninků

- tréninky kopáčů
- tréninky na pohyb a zvedání v autu
- tréninky první řady (vazba v mlýnu + základní postavení na hřišti + úkoly v utkání)
- dovednostní soutěže
- testování mládeže (Bronco test, Illinois test, klíky, sprint, skok do dálky)

kontakt: Marek Švif telefon: +420 732 792 404 email: marek.svf@rcsparta.cz

13.

SPORTOVNÍ CENTRUM MLÁDEŽE

Rugby Club Sparta Praha

SWOT Sportovního centra mládeže

	Pomocné vlastnosti	Škodlivé vlastnosti
Interní prostředí	<p>silné stránky</p> <ul style="list-style-type: none"> -> aktivní zájem o projekt -> klubová podpora -> personální obsazení -> projekt Pražské kluby -> externí spolupráce 	<p>slabé stránky</p> <ul style="list-style-type: none"> -> tréninkové plochy -> časy tréninků -> tréninkové vybavení -> malá zkušenost ->
Externí prostředí	<p>příležitosti</p> <ul style="list-style-type: none"> -> reprezentace -> ragby 7's (Dukla) -> zahraniční angažmá -> výkonnostní sport -> rozhodčí, trenér 	<p>hrozby</p> <ul style="list-style-type: none"> -> škola, brigáda -> zaměstnání -> přechod U18 do mužů -> slabá motivace -> přestup, odchod

Zhodnocení po sezóně

Po deseti měsících nelze dělat jednoznačné závěry, ale první rok fungování ukázal, co je pro hráče atraktivní a co naopak méně oblíbené.

Nejatraktivnější tím pádem i největší odezvu měli specializované tréninky dle postů (první řada, útok, kopáči atd.). Díky této zkušenosti se v další sezóně zaměříme právě na tyto specializace, které by měli probíhat společně pro U14, U16 a U18.

Další zajímavou zkušeností byly pozitivní reakce a poměrně slušná účast na trénincích atletiky. Trenéři z atletického oddílu přinesli hráčům nový rozměr pohybu a ovládnání těla. Ti, kteří chodili pravidelně zaznamenali během jara poměrně slušný výkonnostní vzestup.

Prozatím největším problémem jsou časy tréninků. Ty ale v následující sezóně nastavíme tak aby vyhovovaly co možná nejvíce hráčům.

Na podzim vstoupilo do SCM RC Sparta celkem 31 hráčů po celé sezóně jich zůstalo 22 aktivních. Což je o poznání více než se původně předpokládalo. Ne všichni se však mohou pravidelně účastnit všech tréninkových jednotek. Na začátku podzimní sezóny bude proveden výběr nové příchozích do kategorie U14 a tím by se měl počet hráčů ještě navýšit.

Skvěle nastavení směru práce v SCM čtyři regionální srazy na národním tématy. Tyto témata jsou ve své podstatě natolik rozsáhlá a důležitá pro další vývoj hráče, že je třeba smysluplně rozdělit a předkládat hráčům postupně.

V Praze 31. července 2022

zpracoval: Marek Šviř – šéftrenér SCM RC Sparta Praha

kontakt: Marek Šviř telefon: +420 732 792 404 email: marek@viri@rcsparta.cz

14. 14.1. Rugby Club Sparta Praha

3.4.2 Monitoring tréninkového zatížení

Data nejsou k dispozici.



15. Hodnocení

V této části zprávy se zaměříme především na souhrn hodnot na výstupu z SCM a srovnání hodnot mezi jednotlivými SCM a zamyšlením se nad celkovým přínosem prvního roku fungování celého projektu. Zároveň dáme do souvislosti projekt SCM jako prvního stupně reprezentací a současný stav i výkonnostní úroveň reprezentačních celků a výběrů.

4.1 Souhrn hodnot

V této části zprávy jde především o porovnání získaných dat z jednotlivých SCM a vytvoření podkladu pro celkové hodnocení.

4.1.1 Výsledky testů

V následující tabulce a grafech je vidět přehled všech průměrných hodnot u všech testů z jednotlivých klubů žádajících o status SCM nebo již fungujících SCM z roku 2021 a 2022.

Z průměrných hodnot je až na některé výjimky vidět, že jsou hráči schopni plnit předepsané limity, nicméně je potřeba si uvědomit, že tyto limity jsou stanoveny poměrně volně a že jsou do budoucna nedostačující pro reprezentační úroveň.

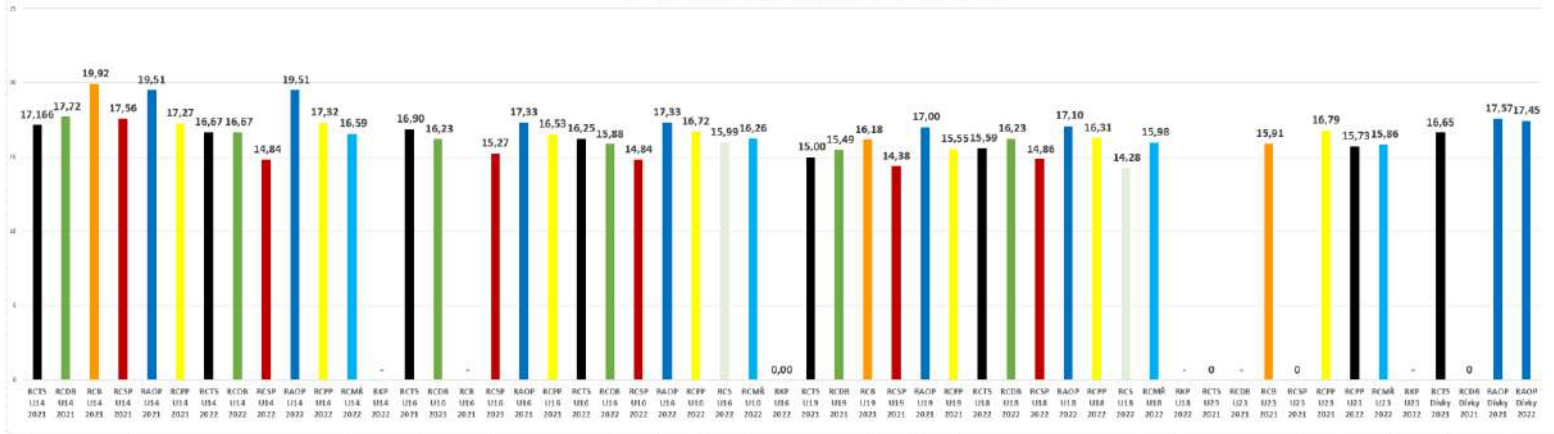
Zcela jistě bude tedy muset dojít k „utahování“ předepsaných limitů výběru hráčů. K tomuto kroku myslím, že bude potřeba směřovat až po ustálení širší sítě SCM a navýšení hráčské základy SCM.

Počet	SCM	Sprint 30m	Illinois	Skok snožmo	Push up test	Bronco
1	RCTS U14 2021	4,92	17,166	210,36	26,68	5,42
2	RCDB U14 2021	5,02	17,72	190,88	19,04	5,91
3	RCB U14 2021	5,71	19,92	187,37	33,84	7,13
4	RCSP U14 2021	5,21	17,56	207,67	37,56	6,17
5	RAOP U14 2021	5,81	19,51	190,83	17,67	6,13
6	RCPP U14 2021	5,19	17,27	188,00	19,55	5,69
1	RCTS U14 2022	4,43	16,67	206,83	33	5,33
2	RCDB U14 2022	4,9	16,67	201,76	20	5,64
3	RCSP U14 2022	4,82	14,84	199,50	42,7	5,9
4	RAOP U14 2022	5,81	19,51	190,83	17,67	6,13
5	RCPP U14 2022	5,21	17,32	194,25	28,17	5,69
6	RCMŘ U14 2022	5,04	16,59	182,38	22,69	6,18
7	RKP U14 2022	4,91				
1	RCTS U16 2021	4,72	16,90	231,14	31,21	5,33
2	RCDB U16 2021	5,22	16,23	221,22	36,61	5,84
3	RCB U16 2021	-	-	-	-	-
4	RCSP U16 2021	4,53	15,27	223,73	37,13	5,39
5	RAOP U16 2021	5,00	17,33	210,40	24,20	5,43
6	RCPP U16 2021	4,81	16,53	210,00	31,58	5,25
1	RCTS U16 2022	4,51	16,25	226,16	33,53	5,20
2	RCDB U16 2022	4,75	15,88	218,50	25,00	5,42
3	RCSP U16 2022	4,36	14,84	224,45	43,36	5,59
4	RAOP U16 2022	5,00	17,33	210,40	24,20	5,67
5	RCPP U16 2022	4,79	16,72	215,67	28,42	6,07
6	RCS U16 2022	5,65	15,99	175,00	10,00	7,07
7	RCMŘ U16 2022	4,77	16,26	222,83	25,87	5,57
8	RKP U16 2022					
1	RCTS U19 2021	4,31	15,00	245,5	37,36	5,15
2	RCDB U19 2021	4,822	15,49	241,20	47,75	5,88
3	RCB U19 2021	4,89	16,18	254,00	38,40	5,52
4	RCSP U19 2021	4,26	14,38	240	44,08	5,49
5	RAOP U19 2021	4,85	17,00	219	40	5,53
6	RCPP U19 2021	4,63	15,55	233,00	32,8	4,54
1	RCTS U18 2022	4,40	15,59	238,00	40,27	5,15
2	RCDB U18 2022	4,83	16,23	238,85	35,00	5,63
3	RCSP U18 2022	4,35	14,86	227,50	37,5	5,56
4	RAOP U18 2022	4,85	17,10	219,00	40	5,53
5	RCPP U18 2022	4,54	16,31	239,13	33,25	5,44
6	RCS U18 2022	4,97	14,28	203,00	35,33	7,52
7	RCMŘ U18 2022	4,47	15,98	241,13	42,69	5,31
8	RKP U18 2022	4,46				5,33
1	RCTS U23 2021					
2	RCDB U23 2021					
3	RCB U23 2021	4,73	15,91	248,00	47,85	5,41
4	RCSP U23 2021	0	0	0	0	0
5	RCPP U23 2021	5,33	16,79	232,00	29	5,49
1	RCPP U23 2022	4,40	15,73	196,20	37,33	5,45
2	RCMŘ U23 2022	4,24	15,86	256,00	52,15	5,15
3	RKP U23 2022					
1	RCTS Dívky 2021	4,66	16,65	226,75	29,25	5,45
2	RCDB Dívky 2021	0	0	0	0	0
3	RAOP Dívky 2021	5,5	17,57	187,33	5	6,21
4	RAOP Dívky 2022	5,5	17,45	192,4	5,25	6,21

Obrázek č.91 Souhrn natestovaných hodnot z roku 2021 a 2022

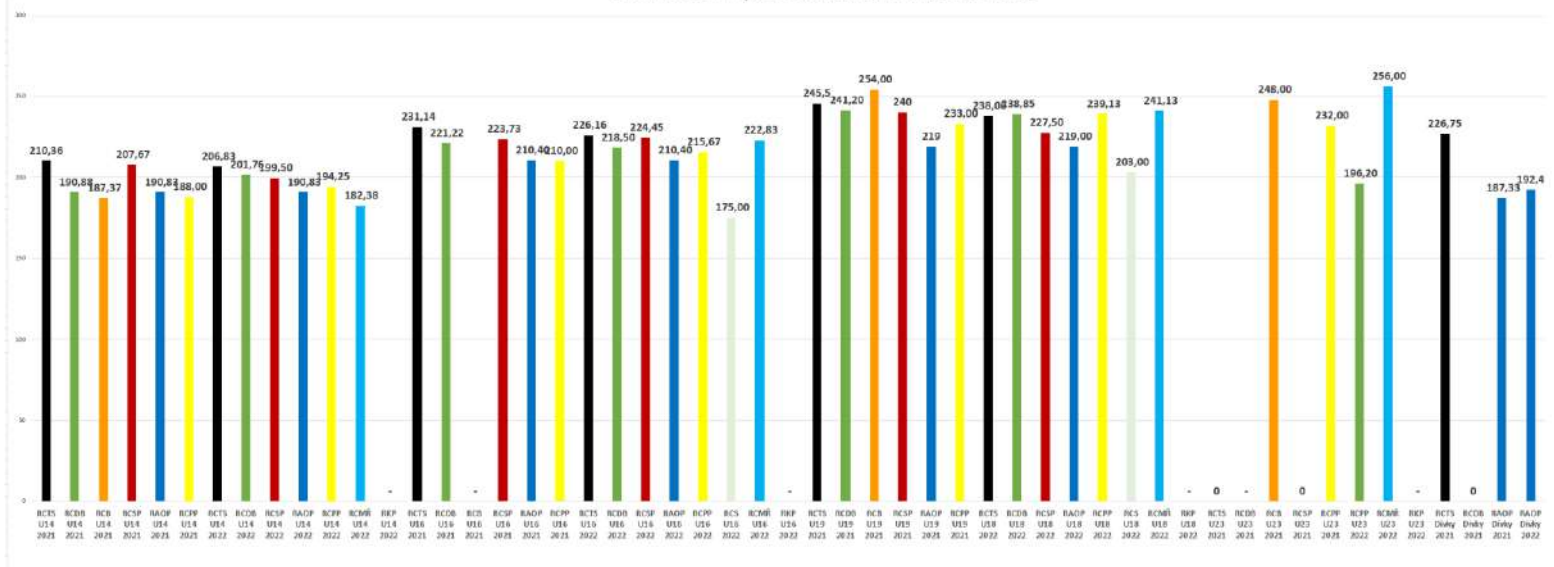
Obrázek č.92 Srovnání natestovaných hodnot

Průměrné hodnoty testu: Illinois SCM 2021 a 2022



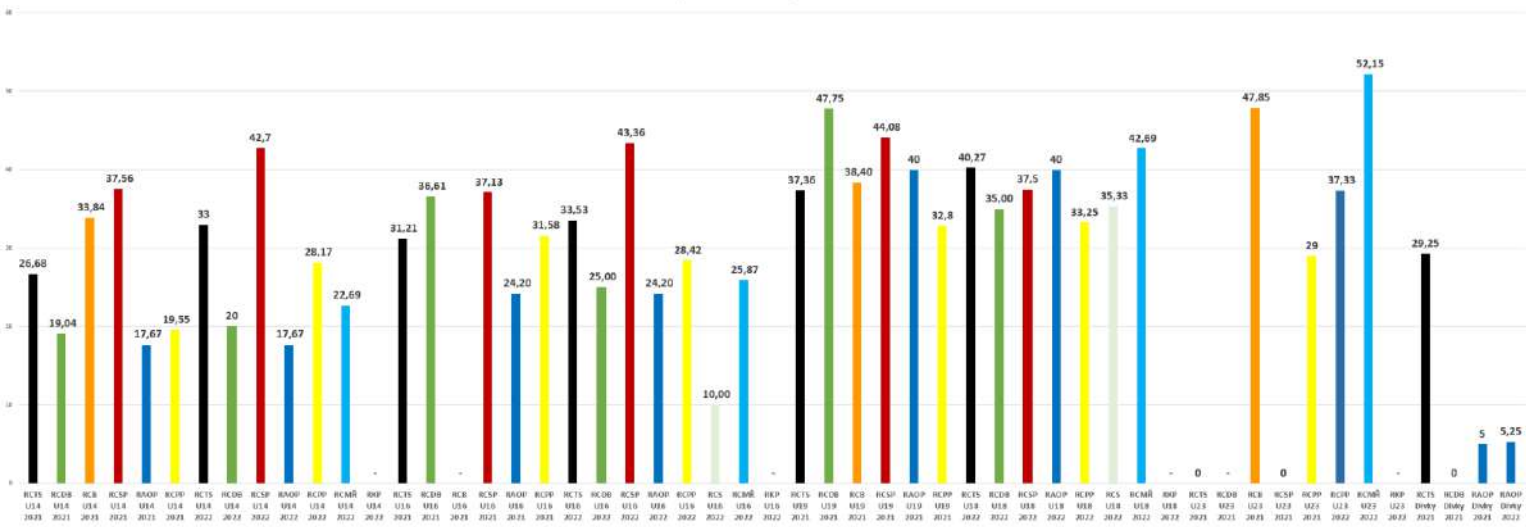
Obrázek č.93 Srovnání natestovaných hodnot

Průměrné hodnoty testu: Skok snožmo SCM 2021 a 2022



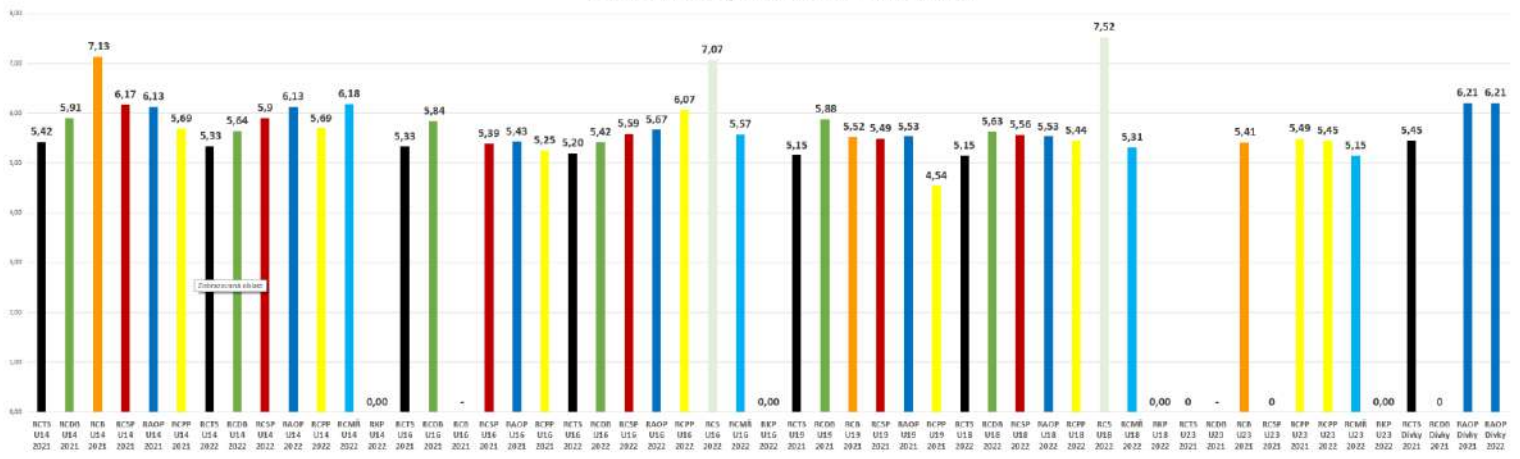
Obrázek č.94 Srovnání natestovaných hodnot

Průměrné hodnoty testu: Push up test SCM 2021 a 2022



Obrázek č.95 Srovnání natestovaných hodnot

Průměrné hodnoty testu: Bronco SCM 2021 a 2022



Obrázek č.96 Srovnání natestovaných hodnot

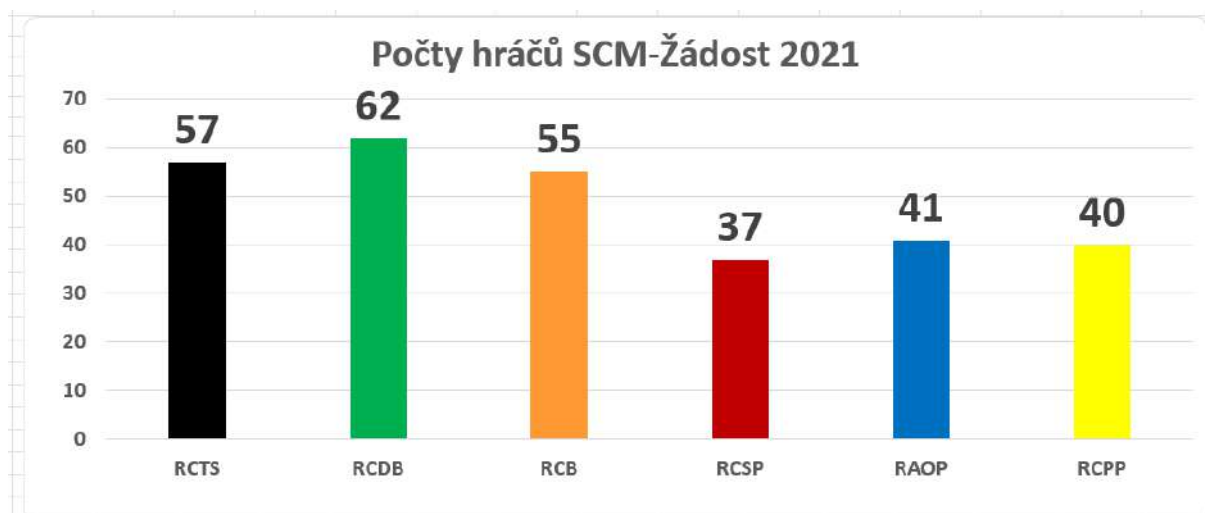
4.1.2 Počty hráčů a hráček

V grafech a tabulce níže jsou vidět počty evidovaných hráčů a hráček v žádostech klubů a následně potom v tréninkovém procesu. Celkové počty v žádostech od šesti klubů jsou **292 hráčů a hráček**, následně potom v klubech s přiděleným statusem **SCM 140 hráčů a hráček**.

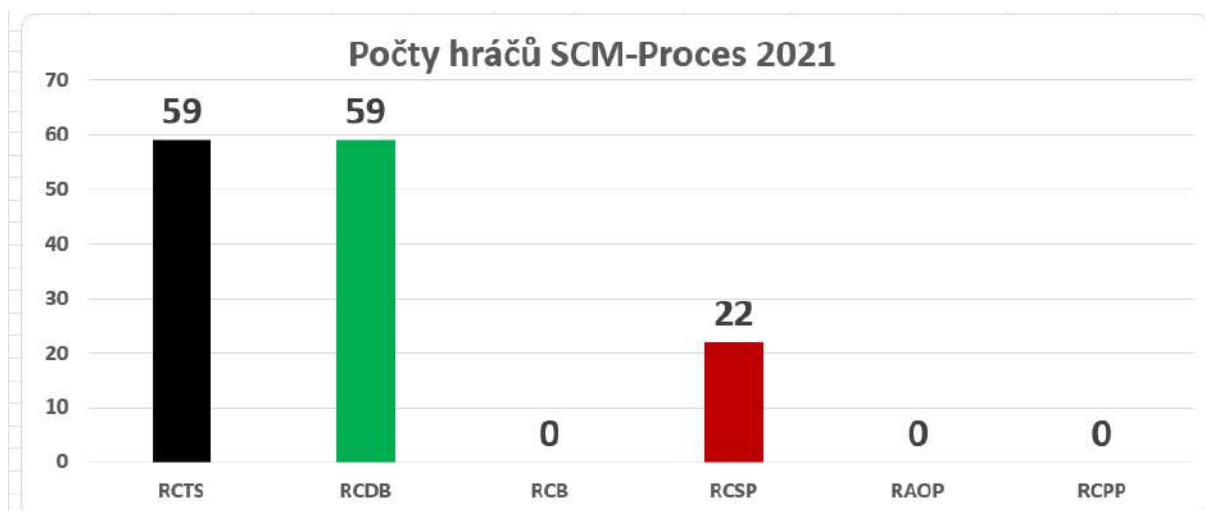
V letošním roce potom činily celkové počty v žádostech osmi klubů **369 hráčů a hráček**. Tento zvyšující se trend v zájmu o SCM je žádoucí a je potřeba jej do budoucích let udržet. Zároveň je ovšem potřeba především sledovat a navyšovat počty hráčů a hráček zapojených a trénujících v projektu. To především z logiky vytvoření velmi široké základny talentovaných hráčů a hráček pro reprezentace.

	Počet	SCM	Žádost	Proces
	1	RCTS	57	59
	2	RCDB	62	59
	3	RCB	55	0
	4	RCSP	37	22
	5	RAOP	41	0
	6	RCPP	40	0
Celkem			292	140

Obrázek č.97 Souhrn počtů hráčů a hráček 2021



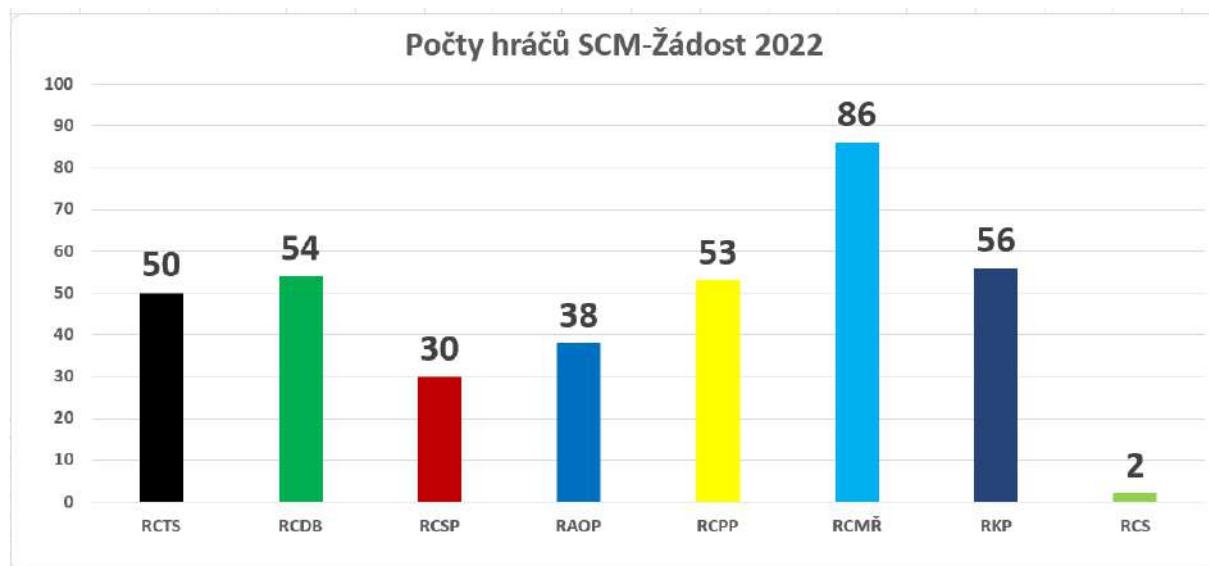
Obrázek č.98 Počty hráčů a hráček v žádostech jednotlivých klubů 2021



Obrázek č.99 Počty hráčů a hráček v procesu SCM

	Počet	SCM	Žádost 2022
	1	RCTS	50
	2	RCDB	54
	3	RCSP	30
	4	RAOP	38
	5	RCPP	53
	6	RCMŘ	86
	7	RKP	56
	8	RCS	2
Celkem			369

Obrázek č.100 Souhrn počtů hráčů a hráček 2022

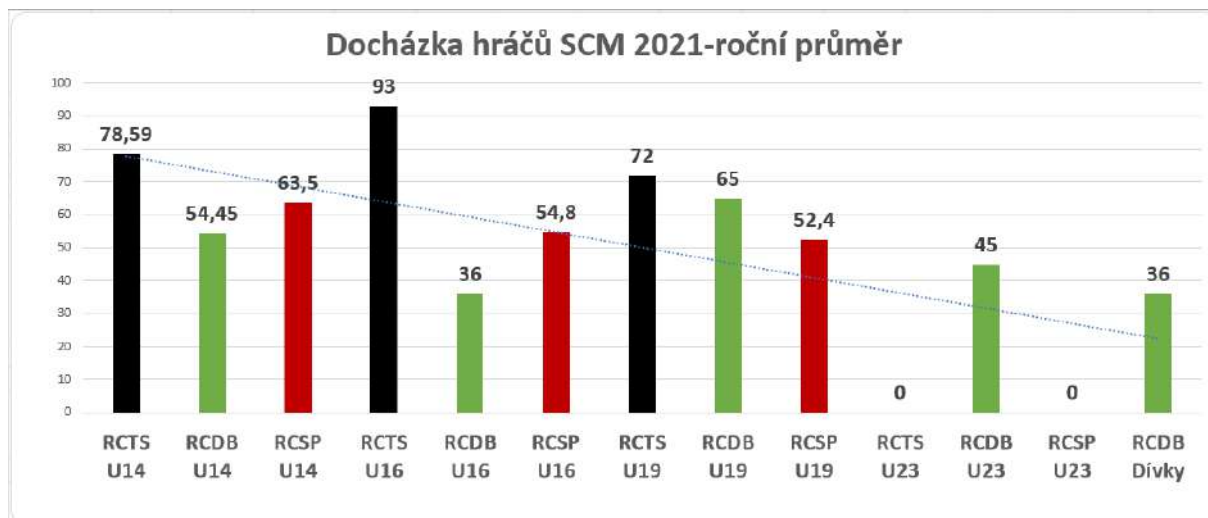


Obrázek č.101 Počty hráčů a hráček v žádostech jednotlivých klubů 2022

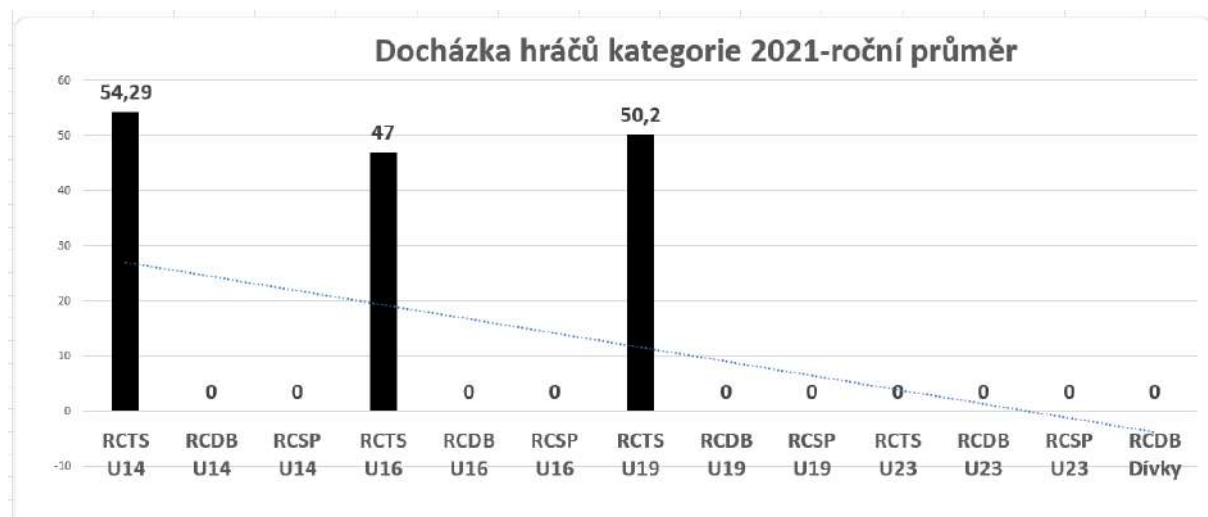
4.1.3 Docházka hráčů a hráček

V níže vypracovaných grafech je vidět nežádoucí trend slabší docházky hráčů starších ročníků a zároveň i nízké procento docházky u některých kategorií. Slabá docházka má za následek žádné nebo jen minimální zlepšení výkonnosti ve všech směrech. Přitom jako zásadní se v tréninkovém procesu jeví trénink dovedností a herních situací, který vyžaduje vysoké počty opakování, tedy tréninkových hodin a samozřejmě dostatečné počty hráčů.

Tento fakt bude potřeba v příštích letech projektu sledovat, kontrolovat a pravděpodobně by se měl stát hlavním hodnotícím kritériem.



Obrázek č.102 Procentuální vyjádření docházky hráčů a hráček v procesu SCM

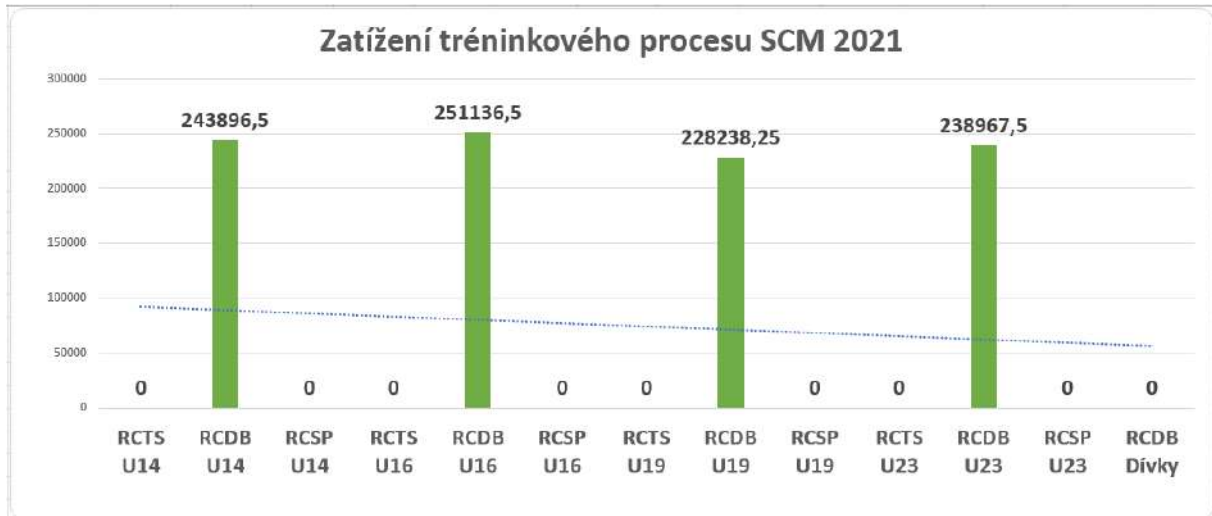


Obrázek č.103 Procentuální vyjádření docházky hráčů a hráček v kategorii

4.1.4 Monitoring tréninkového zatížení

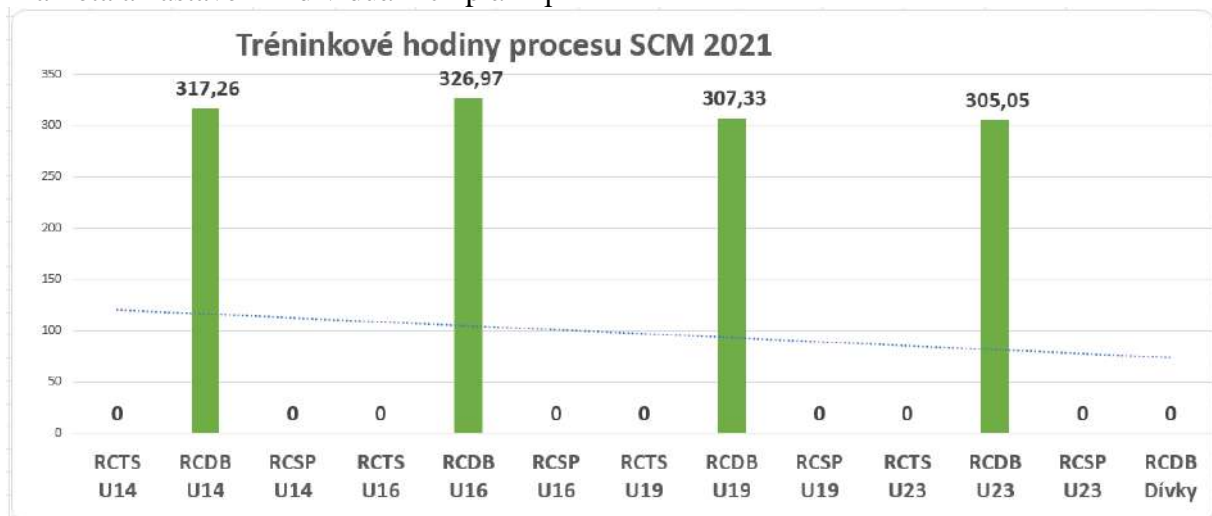
V grafech tréninkového zatížení je vidět v podstatě stagnující trend. Přitom z důvodu vzrůstající výkonnosti je potřeba navýšení tréninkového zatížení se vzrůstajícím věkem. Do příštích let projektu bude nutné předepsat minimální hodnoty tréninkového zatížení a následně je sledovat a od jednotlivých SCM vyžadovat.

Prozatím máme ovšem jen málo sesbíraných dat, abychom mohli stanovit reálné hranice tréninkového zatížení. V každém případě je ovšem nutné obrátit a nastavit vzrůstající trend tréninkového zatížení od mladších po starší kategorie.



Obrázek č.104 Celkové roční zatížení hráčů a hráček SCM

V grafu tréninkových hodin můžeme opět pozorovat opačný trend. Se starším věkem je nutné navyšovat tréninkové hodiny zrovna jako intenzitu tréninkového zatížení. Zde se nabízí zamyšlení se nad formou tréninkového týdne a případně dvoufázovým tréninkem pro kategorie U18-U23. S tím souvisí samozřejmě vybudování tréninkového centra na národním stadionu Markéta a nastavení individuálních plánů pro hráče.



Obrázek č.105 Celková roční doba zatížení hráčů a hráček SCM

4.2 Přínos 1. roku fungování

Z výše uvedeného a z hodnocení trenérů vyplývá, že projekt SCM je jistě přínosem a již v prvním roce fungování prokázal, že může být zásadním přechodem do výkonnostního ragby. Jako velmi pozitivní se jeví především rozjezd celého projektu jako jednotná linka mezi kluby.

Dále je to vhodný nástroj, jak přenést na hráče, ale i trenéry určitou erudici a trénovanost v daných oblastech jako v loňském roce Klíčová Národní Témata, která pokrývají nedostatky českého ragby.

16. *Výhledy do budoucna*

Důležitým faktorem pro budoucnost reprezentací bude především stanovení projektu SCM jako hlavní prioritou ČSRU, tak aby se v tomto projektu celoplošně pracovalo se širokou paletou hráčských talentů.

5.1 *SCM a reprezentace*

Nedostatečné počty, kondice a dovednosti

Z pohledu reprezentací bude nutné do budoucích letů především nastavit širokou síť SCM, tak aby vznikla velmi široká základna hráčů a hráček s potenciálem na reprezentace. Pouze z kvantity se dá získat kvalita. Současně bude potřeba nastavit přísnější limity kondiční testů pro výběr hráčů a hráček, stanovit dovednostní testy a zároveň navyšovat jak nároky kondiční, tak dovednostní, abychom byli schopni dosáhnout odpovídající kvality pro úroveň Championship.

Nedostatečná kvalita klíčových hráčů v týmu

Důležitým bodem je také z pohledu potřeb reprezentací začít systematicky a dlouhodobě pracovat na specifických postech, které zásadně ovlivňují výkon celého týmu, tzv. osa týmu: mlynář, vazač, mlýnová spojka, útoková spojka, zadák. Je tedy potřeba do budoucího materiálu metodiky SCM zařadit formální požadavky pro tyto posty, vybírat na ně cíleně hráče a následně krok po kroku v souvislosti s danou kategorií plnit nároky na tyto posty.

Nedostatek hráčů první a druhé řady

Také se jako nezbytně nutné ukazuje stanovení předpisu pro výběr hráčů první a druhé řady, především na základě somatotypu a předpokládaného potenciálu na tyto posty. Základní kritéria výběru prozatím nejsou v tomto směru stanoveny. Limity testovacího přehledu pro výběr hráčů se projevují spíše proti této potřebě a je nutné tento fakt upravit a stanovit v budoucí metodice SCM výběr talentů a trénování hráčů do první a druhé řady.

5.2 *Požadavky pro rozvoj projektu*

Projekt Sportovních Center Mládeže by měl být jedním z hlavních projektů ČSRU a měla by se mu věnovat zásadní pozornost a priorita v následujících letech. S tím souvisí splnění důležitých požadavků pro rozvoj tohoto projektu:

- **Finanční zdroje:**
 - prozatím je projekt příliš odkázaný na dotaci z NSA
 - je nutné do budoucích let zajistit i jiné financování projektu, ať už z pohledu nezávislosti, tak i z pohledu rozšíření a zdokonalení celé sítě SCM
- **Personální zdroje:**
 - v příštích letech se dá předpokládat, a je zároveň i nutný, růst celé sítě SCM a bude proto potřeba navýšit profesionální aparát, který bude celá projekt zajišťovat
- **Metodika SCM**
 - do příštích let je zásadní vypracovat jednotnou metodiku práce v SCM, která bude vycházet z analýzy současného stavu a potřeb reprezentací ČR
 - zahrnuje přípravu klíčových hráčů
 - zahrnuje výběr talentů pro první a druhou řadu
- **Školení a pedagogika tréninkového procesu pro hráče a hráčky SCM**
 - hráči často nechápou základní principy tréninkového procesu a je potřeba jim je vysvětlit, taky aby byli schopni vnímat důležité okolnosti, které vedou ke zvýšení výkonnosti



- **Školení hlavních trenérů a trenérů SCM**
 - školení high performace coachingu a dovedností+příprava potencionálních reprezentačních trenérů
 - školení specialistů pro klíčové hráče, hráče první a druhé řady

17. Seznam příloh

Příloha č.1 Projekt sportovní přípravy talentované mládeže 2021

Příloha č.2 SCM formulář

Příloha č.3 Testovací přehled

Příloha č.4 Monitoring SCM 2021-2022

Příloha č.5 Případová studie pro nastavení celkové doby zatížení pro hráče SCM

Příloha č.6 Formulář hodnocení 1.roku SCM

Příloha č.7 Monitoring SCM 2021-2022

Příloha č.8 U14 Monitoring SCM 2021-2022

Příloha č.9 U16 Monitoring SCM 2021-2022

Příloha č.10 U19 Monitoring SCM 2021-2022

Příloha č.11 U23 Monitoring SCM 2021-2022

Příloha č.12 Grafy počtu hráčů SCM 2022

Příloha č.13 Grafy docházky hráčů SCM 2022

Příloha č.14 Grafy intenzity zatížení hráčů SCM 2022

Příloha č.15 Grafy testování hráčů SCM 2022