

V penzióne Magnolia a špecializovanej gymnastickej hale GK Pavlo Trenčín sa uskutočnil v dňoch 26-27. január 2019 Seminár trénerov a rozhodcov Sekcie mužov SGF. Dvojdňový seminár bol rozdelený na teoretickú časť, kde účastníci dostali aktuálne informácie o dianí v SGF, potrebné termíny na rok 2019, vyhodnotenie činnosti Sekcie za rok 2018 a plán na rok 2019. V rámci otvoreného zasadnutia Sekcie mužov prebehla aktívna rozprava ako ďalej a ciele ŠG M.

V teoretickej časti Ľuboš Rupčík informoval o dôležitých zmenách v pravidlách FIG, ktoré nastali počas roku 2018. Prebrali a vyriešili sme vzniknuté problémy v Súťažnom programe. Juraj Kremnický odprezentoval vyhodnotenie silových testov všetkých pretekárov zaradených v úsekoch SGF ŠG M na rok 2019. Podrobne prešiel každé testovanie a samozrejme aj návrh, ako na to a čo je potrebné robiť na zlepšenie u jednotlivých pretekárov.

Na vysokej úrovni mali pripravené prezentácie hlavní rozhodcovia na vybraných náradiach S. Kremnická, G. Varga a T. Bohňa, ktorý poukázali na chyby a najdôležitejšie zrážky v zostavách našich žiakov.

Praktická časť semináru prebehla v špecializovanej gymnastickej hale GK Pavlo Trenčín, kde sme mali vytvorené výborné podmienky.

P. Šimoňák všetkým zúčastneným poskytol získané informácie z kempu UEG v Tirrenii a odporučil účasť ďalším trénerom.

J. Kremnický, M. Zvalo a V Otreshko (poznatky z UKR gym.) podali informácie o základných cvičebných tvaroch na jednotlivých náradiach, o ich dôležitosti a nácviku, o silovej príprave a vhodných pomôckach.

Počas praktických ukážok prebiehala aktívna rozprava o tréningových jednotkách, o ich náplni a plánovaní.

Veľké poďakovanie patrí všetkým účastníkom Seminára, prednášajúcim za ich prípravu a výborné prezentácie a GK Pavlo Trenčín za výborné podmienky, ktoré pre nás pripravili.

S pozdravom

Martin Zvalo