



MESTSKÝ ŠPORTOVÝ KLUB

ŽIAR NAD HRONOM, OBČIANSKE ZDRUŽENIE

Ul. Jilemnického č. 2, 965 01 Žiar nad Hronom, Slovenská republika

Tel.: +421 908 949 527, IČO: 42304997, DIČ: 2023693155

email: konatelsk.ziar@gmail.com, jan.ziak@ziar.sk, www.mskziar.sk



SPRÁVA O ČINNOSTI MŠK Žiar nad Hronom - OZ

Cyklistický klub MŠK Žiar nad Hronom

za rok 2022

Cyklisti Mestského športového klubu Žiar nad Hronom, OZ začali prípravu na sezónu 2022 podľa vopred vypracovaného plánu športovej prípravy. Realizačný tím tvorili – Ján Žiak – predseda OZ, Ing. Milan Veselý - prezident klubu, Jozef Jelža - manažér a hlavný tréner, Štefan Gajdošík - tréner mladších a starších žiakov, Tomáš Líška - kondičný tréner a Janka Mackovičová - ekonómka.

Do prípravy sa zapojilo 23 pretekárov a pretekárook v kategóriách mini, mladších a starších žiakov, žiačok, kadetov a kadetiek, juniorov a junioriek a žien U23. Koncepcia prípravy vychádzala z plánu športovej prípravy, ktorý bol rozdelený do štyroch tréningových období, ktoré na seba nadväzovali.

Prechodné obdobie bolo zamerané na regeneráciu a doliečenie zranení pretekárov po sezóne 2022. V tomto období cyklisti aktívne aj pasívne využívali rôzne formy oddychu po náročnej sezóne.

Vybraná skupina pretekárov sa venovala cyklokrosu, ktorý mal finále v Žiari nad Hronom na majstrovstvách Slovenska v mestskom parku. Súčasťou aktívnej regenerácie a naberania kondície na ďalšiu sezónu boli aj celodenné pešie tury.

Prípravné obdobie I. bolo zamerané na rozvoj základnej a silovej vytrvalosti, obratnosti v oblasti všeobecnej telesnej prípravy s čiastočným zameraním na oblasť špeciálnej telesnej prípravy vo vyšších vekových kategóriách. Na prípravu boli využité rôzne alternatívy, telocvičňa, posilňovňa, spinnigová miestnosť. Príprava sa v prípade priaznivého počasia vykonávala v exteriéry - pešia turistika, behy na bežkách na Skalke, behy v prírode a korčuľovanie v oblasti VTP a cestný tréning, cyklokros, trenažér, valce, dráhová cyklistika v oblasti ŠTP.

Prípravné obdobie II. bolo zamerané na rozvoj a stabilizáciu základnej a silovej vytrvalosti, maximálnej sily, rýchlosti a obratnosti v oblasti VTP ako aj rozvoj základnej a silovej vytrvalosti v oblasti ŠTP. V tomto období nastal postupný prechod od všeobecnej telesnej prípravy k špeciálnej telesnej príprave na bicykli. Juniori sa zameriavali na doladenie výkonnosti pred štartom na svetových pohároch, ktoré sa konali už v marci.

IČO: 42304997 DIČ: 2023693155 Nie je platcom DPH. Bankové spojenie: ČSOB, a.s., pobočka Žiar nad Hronom, Číslo účtu: 4017519931/7500, IBAN: SK12 7500 0000 0040 1751 9931, Registrácia: Register občianskych združení, vedený Ministerstvom vnútra Slovenskej republiky, číslo registrácie: VVS/1-900/90-40263



MESTSKÝ ŠPORTOVÝ KLUB

ŽIAR NAD HRONOM, OBČIANSKE ZDRUŽENIE

Ul. Jilemnického č. 2, 965 01 Žiar nad Hronom, Slovenská republika

Tel.: +421 908 949 527, IČO: 42304997, DIČ: 2023693155

email: konatelsk.ziar@gmail.com, jan.ziak@ziar.sk, www.mskziar.sk

Vo februári 2022 CK absolvoval tradičné sústredenie s juniormi, juniorkami, kadetmi a staršími žiakmi v overenom tréningovom stredisku Vodice v Chorvátsku. Kemp bol zameraný na najazdenie potrebného objemu kilometrov pre sezónu 2022, v dobrých klimatických podmienkach. Kemp splnil svoj účel, počasie bolo stabilné a príprava prebehla podľa plánu a bez zranení a chorôb.

V marci 2022 klub absolvoval druhý tréningový kemp v Plášťovciach aj pre mladšie kategórie. Hlavné pretekové obdobie bolo zamerané na stabilizáciu a rozvoj základnej vytrvalosti, špeciálnej silovej vytrvalosti, rozvoj špeciálnej rýchlosti a neskôr na rozvoj v oblasti špičkovej výkonnosti (pred vrcholom sezóny - M-SR). Cieľom tréningového procesu v tomto období bolo dosiahnutie vrcholnej športovej formy na vrcholných podujatiach. V sezóne 2022 absolvovali cyklisti MŠK 70 štartov (reprezentácia SK, slovenský a český pohár) v disciplínach cestnej, horskej, dráhovej cyklistiky a cyklokrosu. V sezóne 2022 CK organizoval tradične „Slovenský pohár mládeže v cestnej cyklistike“

V sezóne 2022 CK organizoval tradične „Slovenský pohár mládeže v cestnej cyklistike“

„Cena primátora mesta“ (Lovča)

„Cena Slovalca“ (Lutila).

a v decembri CK organizoval M-SR v cyklokrose pre všetky kategórie.

Výsledky 2022 – zhrnutie

Cyklistickému klubu MŠK Žiar nad Hronom sa podarilo aj vďaka náboru nových členov stabilizovať tím a systematickou prácou v tréningovom procese priniesť aj výborné výsledky. V slovenskom pohári sa zúročila kvalitná príprava a práca s mládežou v Žiari nad Hronom a obsadili sme tretie miesto v konečnom hodnotení Slovenského pohára. CK navýšil počet získaných medailí z M-SR na 17.

M-SR mládeže:

Cesta cyklistika:

Časovka jednotlivcov Obec Podlužany:

Žiačky: T.Đuríková – 3.miesto

Preteky s hromadným štartom Podlužany:

Žiačky: T.Đuríková – 1.miesto. Majsterka SR

Dráha:

Stíhacie preteky jedn.

Žiačky: Đuríková 2. miesto

Stíhačka družstiev:

Žiačky: Đuríková – 2. miesto

Bodovacie preteky:

Žiačky: Đuríková – 1. miesto Majsterka SR

Kadet: Záhorec – 2. miesto

Junior: Đurík – 2. miesto



MESTSKÝ ŠPORTOVÝ KLUB

ŽIAR NAD HRONOM, OBČIANSKE ZDRUŽENIE

Ul. Jilemnického č. 2, 965 01 Žiar nad Hronom, Slovenská republika

Tel.: +421 908 949 527, IČO: 42304997, DIČ: 2023693155

email: konatelsk.ziar@gmail.com, jan.ziak@ziar.sk, www.mskziar.sk

OMNIUM:

Žiačky: Ďuríková – 2. miesto

SCRATCH:

Žiačky: Ďuríková – 2. miesto

Junior: Ďurík – 1. miesto. Majster SR

Vylučovacie preteky:

Žiačka: Ďuríková – 2. miesto

Junior: Jackuliak 3. miesto

MTB Maratón:

Horské bicykle maratón 52km

Juniorka: Dubajová – 3. miesto

Cyklokros Žiar nad Hronom :

Junior: Jackuliak – 2. miesto.

Kadeti: Sochan 1. miesto. Majster SR

Čerťaský miesto

SŽ: Rybanský 2. miesto

17 medailí z domáceho šampionátu:

Zlato – 4x, Striebro – 9x, Bronz – 4x

Slovenský pohár v cestnej cyklistike družstvá celkové 3.miesto (1.m. EPIC Dohňany, 2.m.CYS Akadémia Petra Sagana).

CK potvrdil výkonnostné kritéria pre pridelenie štatútu Centra talentovanej mládeže od SZC aj na sezónu 2023.

Juniorský reprezentant Slovenska Matúš Ďurík štartoval za reprezentáciu juniorov na majstrovstvách Európy v dráhovej cyklistike v Portugalsku, na Ncupe juniorov V4, HUN.

Juniorský reprezentant Slovenska Róbert Jackuliak štartoval na svetovo pohári na „PARIS-ROUBAIX juniors“ FRA, Morbihan Trophy FRA, Trofeo Karlsberg GER, WEST Bohemia CZ. V cyklokrose sa prebojoval na ME v cyklokrose a tiež štartoval na MS v cyklokrose.

Medzi priority klubu v sezóne 2022 sme si CK predsavzal omladenie a rozšírenie členskej základne o nových členov a naďalej kvalitnú prácu s mládežou.

Na pretekoch doma i v zahraničí robili žiarski cyklisti vždy dobrú reklamu mestu Žiar nad Hronom, svojim sponzorom a Slovensku, za čo im patrí právom poďakovanie a uznanie. Poďakovanie patrí tiež generálnemu sponzorovi, akciovej spoločnosti Slovalco, mestu Žiar nad Hronom, Technickým službám ako aj ostatným sponzorom, podporovateľom a fanúšikom. Samozrejme poďakovanie patrí všetkým trénerom za ich zodpovednú a obetavú prácu s mládežou, ako aj zapáleným rodičom a všetkým, ktorí nám boli počas sezóny 2022 nápomocní, verili nám a podporovali nás.

Vypracoval:

Jozef Jelža, manažér, Hlavný tréner CK MŠK Žiar nad Hronom