

Vyhodnotenie majstrovstiev SR dospelých 2011

Tohtoročné majstrovstvá SR sa uskutočnili v Novom Meste nad Váhom boli poznamenané veľkou nepriazňou počasia. Aj keď v sobotu bolo počasie uchádzajúce, v nedeľu sa totálne ochladilo na 11°C a k tomu sa pridala ešte nepríjemná dážď, ktorý vyvrcholil pri štafetových behoch na 4x400m, kedy nebolo poriadne vidieť. Veľká škoda pre atlétov a usporiadateľov, ktorí sa pripravovali na 64. majstrovstvá SR. Podľa toho aj vyzerali výsledky atlétov. Počas dvoch dní nebol dosiahnutý ani jeden limit na MS a na ME do 23 rokov. Väčšina šprintov sa bežala vo veľkom protivetre a aj trojskoky sa uskutočnili oproti vetru, vzhľadom k tomu, že odrazové brvno na úrovni 11m je len na jednej strane. To negatívne ovplyvnilo výkony trojskokanov. Najhodnotnejší výkon v mužskej kategórii sa zrodil v sobotu v hode kladivom, keď Libor Charfreitag hodil slušných 75,36m. V ženskej kategórii dosiahla najhodnotnejší výkon diaľkarka Renáta Medgyesová, ktorá v nepriaznivom počasí skočila v nedeľu 651cm. Okrem týchto atlétov sa môžeme zmieniť aj o výkonoch Danky Veldákovéj v trojskoku, jej sestry Jany v skoku do diaľky, Lucii Klocovej v behoch na 800m a 1500m, kladivárky Martiny Hrašnovej, prekážkarov Viliama Papša a Matúša Janečka, trojskokana Jaroslava Dobrovodského, kladivára Marcela Lomnického, guliara Daniela Vaneka a prekážkarku Meritu Bytyqiovú. Bohužiaľ, ostatní atléti aj pričinením počasia nedosiahli také výkony, ktoré by veľmi zmenili tohtoročné slovenské tabuľky. Ako vždy sme mali disciplíny, ktoré rok čo rok majú slabšiu úroveň / dlhé behy, skok o žrdi /, ale v tomto roku sa do tohto rebríčka zaradila aj mužská diaľka!! Pre porovnanie výkony víťazov v roku 2011 a 2010, tak muži skončili v pomere 7:13 a ženy v pomere 8:12. Najväčšie rozdiely boli v šprintoch / vlni bol vietor do chrbta a tohto roku bol protivietor /. Svoje tituly obhájili 7 mužov a 12 žien. Najúspešnejšou atlétkou bolo Monika Ivanková, ktorá získala 3 zlaté medaile / 400m cez prek. a v štafetách na 4x100m a 4x400m / tréner Kamil Nosian / Najúspešnejšími atlétmi boli Viliam Papšo, ktorý získal 2 zlaté + 1 striebornú medailu / 110m cez prek., a v štafetách na 4x400m a 4x100m / tréner K. Nosian / a Dušan Páleník, ktorý získal tak isto 2 zlaté a 1 striebornú medailu / 400m, 800m a v štafete na 4x400m / tréner M. Illeš /. Po dve zlaté medaile získali Lucia Klocová / 800m a 1500m a Roman Turčáni / 200m a 4x100m /

Muži

100m / 29 /

Prekvapivý víťaz Adam Zavadský / 10,72 / mal veľmi rýchlu prvú polovicu trate vo všetkých troch behoch, v rozbehu, v semifinále i vo finále. Druhý skončil T.Benko / 10,77 /, pred vlaňajším víťazom J.Švondrkom / 10,82 /. Pod hranicu 11 sek. sa dostali ešte ďalší 2 šprintéri, čo v protivetre -1,1 nie je zlé. Neštartoval náš najrýchlejší šprintér V.Šimík.

200m / 28 /

Vo veľmi zlom počasí a v protivetre -1,3 zvíťazil s prehľadom Roman Turčáni v solídnom čase 21,74, druhý skončil jeho tréningový partner junior K. Berta /22,25 / a bronz pre J.Švondrka /22,46 /. s). Zákruty pre 200m nie sú na tomto štadióne ideálne.

400m / 25 /

Veľmi slabé výkony, vyhral špecialista na 800m Dušan Páleník / 48,64 / Striebro pre J. Mokráša / 49,16 / a bronz získal V.Palinkás. . Po odchode P. Žňavu veľká priepasť vo výkonnosti. Žiadny pretekár tento rok nedosiahol výkon pod 48,00 s.

100m cez prek. / 7 /

Výkony u medailistov solídne. Viliam Papšo/14,16 / zvíťazil najtesnejším rozdielom pred M.Janečkom / 14,18 /. Tretie miesto vybojoval viacbojár A.Bician/ 14,64 / - s), Výkony dobré, len málo pretekárov. Veľmi málo pretekárov sa venuje vysokým prekážkam. Už u dorastu je potrebné vytypovať vhodných športovcov, ktorí vysoké prekážky zvládnu.

400m cez prek. / 12 /

Pomerne slušne zastúpená disciplína. V silnom vetre a v daždi si pre titul dobehol náš dlhodobý najlepší prekážkar Tomáš Čelko / 54,00. Za ním sa dobre držal M.Kučera, pre ktorého to bol premiérový štart / 54,62 /. Bronz získal junior M-Mikloš / 54,82 /

800m / 18 /

Bez účasti najlepších (Pelikán , Repčík) sa v početnom poli bežcov pobili o tituly mladší bežci. Druhý titul na šampionáte získal Dušan Páleník v priemernom čase / 1:56,32 /, prekvapivo na druhom mieste z druhého rozbehu dobehol J.Kováč / 1:58,06 / a tretí dobehol J.Beňa / 1:58,23 /.

1 500m / 12 /

Pomalý beh a súboj o medaile, ktoré si rozdelili favorizovaní bežci. Víťaz Jozef Pelikán uplatnil v závere svoju a zvíťazil časom 3:57,74 pred obhajcom prvenstva J.Szaba / 3:58,15. Bronz ide pre P.Ďureca / 4:00,55 /.

5 000m / 11 /

Hlavne rýchlostné schopnosti v závere rozhodli o tom, že novým majstrom SR v behu na 5 km sa stal Jaroslav Szabo / 15:05,79 / tesne pred J.Vitkom / 15:05,98. Tretí skončil I.Pástor výkonom 15:15,76 .Pomerne slušný počet bežcov sa nezľakol zlého počasia.

10 000m / 11 /

Slovenský výkon roka a víťazstvo si odniesol na málo behanej trati Imrich Magyar / 31:23,17 / . Ďalšie medaile si podelili J.Urban / 31:48,26 a J.Vitko / 32:39,86.

3 000m prek. / 4 /

V prekážkovom behu sa potvrdili papierové predpoklady. Škoda, že Jakub Valachovič neštartoval v družstve na ME družstiev. Negatívom je opäť nízky počet bežcov. Zvíťazil Jakub Valachovič / 9:28,82 / pred J.Döménym / 9:38,91 / a P.Michalčíkom /10:08,19 /.

Skok do diaľky / 6 /

Táto súťaž veľmi sklamala svojou účasťou, ale hlavne výkonnosťou. . Ešte sa nestalo, že by víťaz mal výkon pod 7 m. Neobstojí ani fakt, že boli veľmi zlé poveternostne podmienky. Víťaz Lukáš Lupták dosiahol výkon 683cm, ale ďalšie výkony a tým aj medaile sú na úrovni dorastencov. P.Samuelis skočil 618cm a J. Sekel' 606cm. V poradí štvrtý skokan pod 6m!!!

Trojskok / 7 /

V trojskoku pri neúčasti D. Vaľukeviča zvíťazil hlavný favorit súťaže Jaroslav Dobrovodský výkonom 15,97m. Druhý M.Koch sa dostal tesne pod 15m hranicu 14,71m. Tretiu priečku obsadil M. Jurza výkonom 14,21.

Skok o žrdi / 7 /

Súťaž v skoku o žrdi sa bohužiaľ konala mimo štadióna Nového Mesta. Skokani za nie dobrých podmienok / zima, dážď / uskutočnili svoju súťaž v Dubnici, kde zvíťazil a titul obhájil Tomáš Krajňák za výkon 450cm. Druhý J.Zmoray skočil 440cm a junior M.Hučko dosiahol výkon 420cm.

Skok do výšky / 10 /

Titul obhájil Peter Horák, ktorý skočil vo vyrovnanej súťaži 217cm. M.Kabelka zaostal o 3m / 214 /. Prekvapením je až 3.miesto nášho tohtoročného najlepšieho výškara M.Bubeníka, ktorý dosiahol 210. Celkovo výškari mali problémy s rozbehom, nakoľko viac ako 2/3 rozbehu boli na tráve a tým sa strácal cit pre rytmus.

Vrh guľou / 13 /

Po obetavom výkone zvíťazil výkonom 18,11m Daniel Vanek / po dvoch prešľapoch a vrhom z miesta/. Škoda, že strašné neatletické počasie zabránilo Danovi splniť „B“ limit na MS, formu na to určite mal !!Druhý opäť nestarnúci J. Žitňanský /15,95m/ a tretí pekným výkonom 15,78m M. Olej. Momentálne nemáme žiadneho vrhača na úrovni 20m. Treba veriť, že sa to D.Vanekovi v blízkej budúcnosti podarí

Hod diskom / 11 /

Výkonom 56,90m zvíťazil Matej Gašaj pred nestarnúcim Jarom Žitňanským /52,02m/ a opäť je tu výkonnostný odstup od ďalších diskárov R.Lobb / 48,67m/. Dobré je, že nastúpilo 11 diskárov, ale zatiaľ sa neukazuje žiadny talent, ktorý by mohol v blízkej budúcnosti hodiť 60m.

Hod oštepom / 7 /

Pri neúčasti zranenej jednotky v hode oštepom Martina Benáka, zvíťazil nestarnúci Marián Bokor /63,93m/ pred mladým Andrejom Benákom /63,63m/ a pred Patrikom Ženuchom /63,03m/ Treba podotknúť, oštepári hádzali proti vetru a v stálom daždi, čomu odpovedali aj výkony.

Hod kladivom / 6 /

Zvíťazil ako už 12x pred tým Libor Charfreitag priemerným výkonom 75,36m. Škoda, že opäť nebol zdravotne úplne OK, pretože vrhačský sektor bol veľmi dobre pripravený, za čo patrí vďaka obetavým usporiadateľom. Libor sa im chcel odvdáčiť lepším výkonom než aký dosiahol! Druhý skončil Marcel Lomnický tiež priemerným výkonom 72,19m a tretí junior T.Kružliak – 61,13m.

4x100m / 7 /

Zvíťazilo kvarteto UK Bratislava v zostave Frindrich, Berta, Lengyel, Turčáni /41,96 /, pred štafetou Spartak Dubnica /42,16 /, ktorá bežala dobre do poslednej odovzdávky s náskokom, a len zlá odovzdávka medzi Papšom a Švondrkom zabránila lepšiemu výkonu.3.miesto získala štafeta Slávia Trnava /43,64 /

4x400 m / 5 /

Za totálne zlých podmienok zvíťazila štafeta Spartak Dubnica v zostave / Janeček, Papšo, Hulínek, Mokráš v čase 3:24,03. 2. miesto pre OŠG Stavbár Nitra / 3:24,79 /, a bronz získala štafeta Slávia UK Bratislava, v čase 3:31,13.

Ženy

100m / 25 /

Posledný šampionát pre Eriku Bršelovou vyšiel parádne, keď v osobnom rekorde 11,87 na týchto majstrovstvách zvíťazila a porazila svoju oddielovú kolegyňu L.Kršákovú / 11,93 /. Bronz si vybojovala S.Kľučárová výkonom 12,21.

Výkony boli dosiahnuté s vetrom + 2,3, zatiaľ chýba pretekárka na úrovni 11,50s

200m / 25 /

Útok na limit na ME do 23 rokov nevyšiel Lenke Kršákovej, ktorá v protivetre -1,1 a v silnom daždi dosiahla čas tesne pod 25s. / 24,92 /. Súboj o striebro vyhrala A.Štuková / 25,30 / a bronz získala víťazka krátkeho šprintu E.Bršelová / 25,33 /.

400m / 9 /

Alexandra Štuková síce obhájila svoj minuloročný titul, ale v priemernom čase 54,96. Za ňou obrovská priepasť, S.Kľučárová získala striebro za 56,79 a bronz pre Moniku Ivankovú / 57,83 /. Slabá výkonnosť, len 5 šprintérok pod hranicu 1 min.

100m cez prek. / 8 /

Veľká škoda pre našu jednotku Meritu Bytyqiovú na krátkych prekážkach. Už v rozbehu atakovala limit na ME do 23 rokov keď zabehla 13,92 a vo finále tento čas vylepšila, keď suverénne zvíťazila časom 13,86, a len jedna stotina sekundy ju delila od limitu na ME do 23 rokov. Veľká škoda, nakoľko Merita mala výbornú formu. Za ňou finišovala na druhom mieste V.Šibová / 14,78 / a bronz patrí J.Kollárikovej / 14,84 /.

400m cez prek. / 5 /

Bez účasti Lucie Slaničkovej nemáme pretekárku na úrovni 58,00. Andrea Holleyová nezopakovala výkon z Košíc z minulého týždňa a tak za hustého lejaku zvíťazila Monika Ivanková výkonom 1:02,27, tesne pred A.Holleyovou / 1:02,41 /. Za nimi veľká medzera, keď na 3.mieste skončila L.Hanuláková časom 1:05,28

800m / 8 /

Jasná dvojica našich najlepších bežkýň sa podelila o medaile na tejto disciplíne. Za trvalého dažďa zvíťazila Lucia Klocová / 2:12,76 / pred C.Fugli / 2:13,73 / a Ž.Naňovou / 2:20,21 /. Nepotešil nízky počet štartujúcich a samozrejme počasie.

1 500m / 6 /

Len 6 bežkýň, jasné víťazstvo pre Luciu Klocovou, ktorá si v tréningovom tempe / 4:30,95 dobehla pre ďalší titul. Pod 5 minút sa dostali obidve medailistky J.Styková / 4:51,96 / a L.Janečková / 4:57,73 /. Ostatné bežkyne veľmi zaostávajú.

5 000m / 7 /

Prekvapilo víťazstvo Janky Zatlúkalovej / 17:15,04 /, pred favoritkou K. Bérešovou / 17:25,35 / a mladej L.Janečkovej / 18:48,22 /. Tak vyzerala uzímená a premoknutá „päťka“ v podaní žien.

10 000m / 6 /

Opäť ako hodnotenie mužskej „desiatky“. V málo behanej disciplíne jasné víťazstvo Kataríny Berešovej, ktorá zvíťazila s náskokom 4 min. pred ostatnými bežkyňami časom 35:09,47. 2. mesto získala D.Janečková / 39:07,95 a bronz pre Ľ.Maníkovú / 39:26,79. Oproti posledným rokom bol pozitívom počet štartujúcich žien

3 000m prek. / 5 /

Obdobná situácia ako v mužskom steepli. Ako v poradí, tak neúčasti na vrcholných podujatiach ,kde nám pokrivkáva aj táto bežecká disciplína. Zvíťazila Ľubomíra Maníková v najlepšom výkone roka 11:34,44. 2.mieste získala K.Pokorná / 11:39,75 / a bronz za čas 12:03,92 získala D.Galbičková

Skok do diaľky / 5 /

Ostro sledovaná disciplína. Vo veľmi zlom počasí predviedli skokanky R.Medgyesová a J.Veld'áková výborné výkony. Veľká škoda počasia / zima a dážď / , nakoľko obidve mali formu na splnenie limitu na MS. Zvíťazila Renáta Medgyesová výkonom 651 pred J.Veld'ákovou 643 a I.Chrebetovou 576. Tak ako u mužov, tak aj u žien prekvapila účasť / respektíve / neúčasť skokaniek.

trojskok / 5 /

Jasné víťazstvo Dany Veld'ákovovej / 13,59 /, ktoré mohlo byť podoprené aj lepším výkonom. Mierny protivietor a hlavne problémy s odrazovým brvnom narušili jej

psychiku a z obáv zo zranenia súťaž po 4 pokuse ukončila. Druhá I.Beskrovnaja skočila 12,94. 3. miesto si vybojovala V.Harculová výkonom 11,86.

Skok do výšky / 8 /

Aj keď výškarky mali také isté problémy s rozbehom ako muži, predsa len ich výkonnosť výrazne zaostáva. Veď medaile sa dávali za výkon 165cm a to je naozaj veľmi slabý výkon. Zvíťazila Iveta Srnková, ktorá sa ako jediná dostala cez výšku 170 / 171 /. Na druhom mieste skončila A.Ďurošová / 168 /, bronz pre Z.Karaffovú / 165 /.

Skok o žrdi / 6 /

V nevyhovujúcich podmienkach/ dažď, zima / získala svoj ďalší titul Slavomíra Sľuková, ktorá pokorila výšku 360. Na druhom mieste skončila žiačka S.Krajňáková / 320 / a bronzovú medailu získala N.Tauberová / 310 /.

Vrh guľou / 6 /

Výborným výkonom 15,35m zvíťazila Ivana Krištofičová, ale ďalej nie je nikto, kto by sa jej mohol aspoň trochu priblížiť. Buďme ale radi, že je tu Ivana a vzhľadom k jej veku nás bude určite reprezentovať ešte dlhú dobu. K.Čaklošová vybojovala striebro / 12,07 /, bronz získala V.Kaňúchová.

Hod diskom / 11 /

Sedemnásť víťazstvo nestarnúcej Ivony Tomanovej /pekným výkonom 48,61m/ pred guliarkou I. Krištofičovou / 41,74 /a J.Kočárovou / 40,90 /, ktorá trochu sklamala, nakoľko jej osobný rekord je 44,35m. Bohužiaľ na obzore žiadny talent, ktorý by mohol v krátkej dobe nahradiť Ivonu !

Hod oštepom / 9 /

Tohtoročná jednotka v hode oštepom V. Lašová / 39,79 / sa musela opäť skloniť pred výbornou Evou Hanuliakovou, ktorá si v tomto neatletickom počasí dokonca urobila „letošňák“/42,66m/, ale aj pred J. Ličákovou /41,87m/. Škoda, pretože na jar sa ukazovala ako jasná favoritka medzi našimi oštepárkami /47,73m/.

Hod kladivom / 9 /

Potešiteľná je účasť 9 kladivárov, ale to je všetko dobré, čo sa dá o súťaži v hode kladivom povedať. Aj napriek tomu, že zvíťazila Martina Hrašnová slabým výkonom 65,33m /vleklé problémy s technikou hodu /, ďalšia v poradí pri neúčasti Nikoly Lomnickej K. Čaklošová – 50,43m /dve otočky nie sú riešením do budúcnosti !!/ a snáď tretia V.Kaňuchová / 47,39 / by mohla v budúcnosti byť zálohou za naše dve najlepšie /ale iba pri väčšom premýšľaní nad technikou!/.

4x100m / 4 /

1. miesto získala štafeta Spartak Dubnica „A“ v zložení Goňová, Bučková, Ivanková, Chrebetová v čase / 48,87 /, 2. miesto Slávia UK Bratislava /49,90 /, 3. miesto Spartak Dubnica B“ /50,18 /

4x400m / 3 /

Slabé výkony, všetky nad 4:00m. Zvíťazila štafeta Spartak Dubnica „A“ v zostave Ivanová, Bučková, Plešavská, Holleyová v čase 4:01,59 pre štafetu STU Bratislava / 4:11,22 / bronz pre Spartak Dubnica B“ / 4:21,10 / . .

Hodnotenie trénerov:

Šprinty

Preteky sa uskutočnili za nepriaznivého počasia, vietor, dážď, druhý deň zima (10 – 12 °C). Toto ovplyvnilo výkony v jednotlivých disciplínach. Najlepšie výkony u mužov dosiahli prekážkári na 110 m prek. Papšo (14,14s), Janeček (14,18 s), vo vložnom behu bežali obaja 13,94 s, bohužiaľ s vetrom + 2,3. U žien bol najlepší výkon Bytygievej 13,86 s, čo je jedna stotina za limitom majstrovstiev U22. V behoch na 100 m, 200 m pretekári Švondrk, Mentel, ktorí dosahovali výkony 10,50 – 10,60 s, tento rok sa viac venovali škole. Šimík s výkonom 10,58 s na MSR nepricestoval a neštartoval.

Pokiaľ výkonný výbor SAZ nebude podporovať aj pretekárov druhého sledu, nepredpokladám zlepšenie v šprintérskych disciplínach. Každý rok sa objaví jeden až dvaja talentovaní pretekári, ale po dvoch až troch rokoch prestanú mať záujem o dobré výkony a venujú sa škole a práci. Je potrebné vytypovať dvoch až štyroch šprintérov, prekážkarov, ktorí by boli zabezpečení športovými strediskami. Ak to nebude, nevidím v šprintárskej sekcii zlepšenie.

V jednom poldni je náročné bežať tri behy + štafety. Je potrebné urobiť výber a znížiť počet štartujúcich na 4 behy, zákaz štartu žiakom a veteránom.

Spracoval Kamil Nosian, reprezentačný tréner šprintov a prekážok

Behy

Sobota 2.7.

Po daždivom dopoludní pomerne priaznivé počasia . Veterné , ale slnečné počasia sprevádzalo bežcov až do záverečnej disciplíny . Bolo dosiahnutých 31 x SB a 3 x SVR

Nedeľa 3.7.

Nevľúdne, chladné a mokré počasia trápilo atlétov častým privalom dažďa celý druhý deň šampionátu. Podpísalo sa na dosiahnutých výkonoch a samotnej atmosfére majstrovstiev. Bolo dosiahnutých 10 x SB a 2 x SVR .

CELKOVÉ HODNOTENIE BEHOV NA M SR V NOVOM MESTE NAD VÁHOM

Jasná dominancia favoritov na stredných tratiach (Pelikán na 1500 m, Klocová na 800 m aj 1500 m ,

Fugli na 1500 m).Mladá generácia sa zatiaľ na týchto tratiach nechytá a ostáva tu hlboká priepasť medzi špičkou a ďalším sledom.

Na medailových postoch hladkých vytrvalostných disciplín sa objavujú stále rovnaké mená, ale výkonnosť stagnuje. V dlhých prekážkach u mužov aj žien sme sa trochu pohli dopredu .Máme tu nové mená aj drobné zlepšenia oproti minulým rokom, ale...

Síce počet 41 x SB a 5 x SVR hovorí o zlepšení stavu výkonnosti, no väčšina SB a všetky SVR sa objavujú vo vytrvalostných disciplínach a práve tieto sa v prvej polovici sezóny u nás tak často nebehajú. Napríklad 10 km sa do M SR nebežalo ani raz.

Stručný záver: behy na M SR zaujali aj vďaka počasiu väčšinou iba svojou bojovnosťou o medaile pre svoje kluby. Výkonnosť minulých rokov je stále vzdialeným snom pre mnohých bežcov.

Spracoval Mgr. Pavel Slouka, reprezentačný tréner behov

Vrhy a hody

Toto vyhodnotenie musím začať trochu neobvyklým spôsobom z dôvodu rozdielneho počasia počas oboch dní. Sobota – slnečné počasie s teplotou okolo 23 stupňov C a nedeľa – zima /asi 12 stupňov C, nárazový vietor a celodenný dážď/.

Záverom : Situácia vo vrhu a hodoch na Slovensku sa oproti minulému roku nezmenila /snád' zlepšenie I. Krištofičovej na 15,55m je jediné pozitívum/. V medzinárodnom merítku sa môžeme oprieť o výkony jedine L.Charfreitaga a Martiny Hrašovej /ale iba vtedy, až si dá do poriadku Libor zdravotné problémy /borelióza/ a Martina si podstatne vylepší techniku hodu kladivom /.

Libor Charfreitag reprezentačný tréner pre vrhy a hody