

## SPRAVODAJ – 2 / 2009

### bežeckej sekcie TR SAZ

**Vážení tréneri,**

Za nami sú ďalšie majstrovské súťaže v cezpoľnom behu a polmaratóne , ktoré uzatvorili zimnú časť sezóny. Stručným hodnotením sa vraciame k týmto majstrovstvám.

### **M-SR v cezpoľnom behu Nové Mesto n/Váhom 22.3.2009**

Majstrovstvá Slovenska v krose sa konali v rekreačnom areáli Zelená voda pri Novom Meste nad Váhom a niesli sa v znamení triumfov **Miroslava Vanka**. Tridsaťšesťročný Martinčan reprezentujúci košický Obal servis nielenže zvíťazil rekordný siedmy raz v rade v kategórii mužov - míliarov, ale pridal aj titul v súťaži vytrvalcov a bol členom víťazného družstva mužov TJ Obal servis Košice. Vanko v nedeľu najskôr vyhral preteky na 4,5 km a približne o poldruha hodiny bol prvý aj v cieľi vytrvalostných pretekov na 9 km.

V kategórii žien si premiérový titul vybojovala **Janka Zatlúkalová** zo Spartaka Dubnica n/V. Vlaňajšiu šampiónku Katarínu Bérešovú zdolala až o 28 sekúnd , tá sa tento rok borí zo zdravotnými problémami.

#### **3 000 m žiaci / 15 /**

- 1 Hojda Sandro 940418 AK Univerzita Banská Bystrica 10:21
- 2 Krišo Milan 940205 ŠK Comenium pri IV. Michalovce 10:30
- 3 Privalinec Lukáš 941227 Šport.gymnázium Stavbár Nitra 10:35

#### **2 000 m žiačky / 15 /**

- 1 Klimovská Lenka 960804 AK Spartak Dubnica nad Váhom 7:31
- 2 Janečková Lucia 951025 Atletický klub Nové Zámky 7:33
- 3 Hornáková Monika 950706 AK Spartak Dubnica nad Váhom 7:43

#### **4 500 m dorastenci / 20 /**

- 1 Jakubášek Dávid 921006 TJ OBAL SERVIS Košice 14:53
- 2 Vajdík Matúš 920407 TJ Orava Dolný Kubín 14:55
- 3 Hugiivár Tomáš 920224 Atletický klub Nové Zámky 15:02

#### **3 000 m dorastenky / 17 /**

- 1 Doskočilová Barbora 920215 AFK Nové Mesto nad Váhom 11:09
- 2 Kozmová Monika 930616 ŠŠK-Junior Prešov 11:25
- 3 Viňanská Martina 920215 TJ OBAL SERVIS Košice 11:42

**6 000 m juniori / 8 /**

- 1 Dobiáš Miroslav 901014 VŠC Dukla Banská Bystrica 19:48
- 2 Fedák Matej 910505 AK ZTS Martin 19:53
- 3 Sahajda Tibor 901218 Bardejovský športový Bardejov 20:00

**4 500 m juniorky / 9 /**

- 1 Budzáková Veronika 900404 AK Elán pri ZŠŠOS Kežmarok 17:20
- 2 Prečúchová Alexandra 900415 AK Univerzita Banská Bystrica 17:32
- 3 Havlíková Alexandra 910818 ŠK Vital Bratislava 17:34

**4 500 m muži míliari / 10 /**

- 1 Vanko Miroslav 730314 TJ OBAL SERVIS Košice 13:33
- 2 Szabo Jaroslav 870227 Akademik TU Košice 13:44
- 3 Vitko Juraj 860818 Atletický k Kysucké Nové Mesto 13:44

**9 000 m muži vytrvalci / 12 /**

- 1 Vanko Miroslav 730314 TJ OBAL SERVIS Košice 27:44
- 2 Pástor Imrich 740926 TJ OBAL SERVIS Košice 28:00
- 3 Magyar Imrich 840331 Atletický klub Nové Zámky 28:16
- 4 Arbet Roman 760530 JM DEMOLEX BK Bardejov 28:23
- 5 Urban Jozef 860124 TJ OBAL SERVIS Košice 28:38

**4 500 m ženy / 11 /**

- 1 Zatlúkalová Janka 881223 AK Spartak Dubnica nad Váhom 15:29
- 2 Berešová Katarína 871010 TJ OBAL SERVIS Košice 15:57
- 3 Fugliová Csilla 880119 Atletický klub Nové Zámky 16:29

**družstvá muži vytrvalci**

- 1 družstvo TJ OBAL SERVIS Košice 14
- 2 družstvo JM DEMOLEX BK Bardejov 31
- 3 družstvo Atletický klub Nové Zámky 33

**Počet štartujúcich pretekárov : 117**

**Prehľad štartujúcich na M SR v cezpoľnom behu za posledných 6 rokov**

	Žiaci – Žiačky,		Dorci – Dorky,		Juniori – Juniorky,		M–vytrvalci,M–míliari,		Ženy, Spolu	
<b>2004</b>	26	41	21	18	16	8	10	16	8	<b>164</b>
<b>2005</b>	18	26	19	9	15	7	22	16	9	<b>141</b>
<b>2006</b>	18	23	19	12	11	4	30	6	3	<b>126</b>
<b>2007</b>	30	33	21	16	10	9	22	13	9	<b>163</b>
<b>2008</b>	24	25	21	13	7	5	20	9	6	<b>130</b>
<b>2009</b>	15	15	20	17	8	9	12	10	11	<b>117</b>

### Stručné hodnotenie majstrovstiev SR v cezpoľnom behu .....

Za posledných 6 rokov sme na týchto majstrovstvách v cezpoľnom behu zaznamenali najnižšiu celkovú účasť pretekárov. Citeľný pokles bežcov bol v kategóriách žiakov a kategórii mužov – míliarov. Jediné výrazné zvýšenie počtu štartujúcich bolo u žien. Osobnosti týchto majstrovstiev z hľadiska výkonov – Miroslav Vanko a Janka Zatlúkalová.

### **M-SR v polmaratóne Bratislava 29.03.2009**

#### **M-SR v polmaratóne mužov / 33 /**

1. 720 VANKO Miroslav	1973	T J O BSKE	<b>01:06:28</b>
2. 718 PÁSTOR Imrich	1974	T J O BSKE	<b>01:09:24</b>
3. 706 URBAN Jozef	1986	T J O BSKE	<b>01:09:28</b>
4. 715 ARBET Roman	1976	J M DEMOLEX Bardejov	<b>01:09:37</b>
5. 709 MAGYAR Imrich	1984	A C Nové Zámky	<b>01:10:59</b>

#### **M-SR v polmaratóne žien / 8 /**

1. 1501 ZATLÚKALOVÁ Janka	1988	A K Spartak Dubnica n. V.	<b>01:17:40</b>
2. 1504 NOVÁČKOVÁ Zuzana	1982	A O TJ Sl. STU Bratislava	<b>01:20:04</b>
3. 1502 BEREŠOVÁ Katarína	1987	T J O BSKE	<b>01:21:45</b>
4. 1506 KOROTVIČKOVÁ Zuzana	1979	B K Steel Košice	<b>01:28:16</b>
5. 1508 MELICHEROVÁ Ľudmila	1964	J M DEMOLEX Bardejov	<b>01:28:29</b>

#### **M-SR v polmaratóne družstiev mužov / 7 /**

1 TJ Obalservis Košice	6 bodov	/ Vanko , Pástor , Urban , Ivaňák /
2 AŠK Grafobal Skalica "A"	23 bodov	/ Hlúpik , Moravec , Prešnajder , Rehuš /
3 JM Demolex Bardejov	27 bodov	/ Arbet , Tomeček , Jakubašek , Faško /
4 MŠK Kysucké Nové Mesto	36 bodov	
5 Atletický club Nové Zámky	38 bodov	
6 AŠK Grafobal Skalica "B"	41 bodov	
7 Maratón klub Rajec	60 bodov	

Majstrovstvá SR družstiev v kategórii žien sa neuskutočnili, nakoľko sa neprihlásilo žiadne družstvo.

**Počet štartujúcich pretekárov : 40**



## MAJSTROVSTVÁ EURÓPY DRUŽSTIEV NOVÉ PRAVIDLÁ

**Termín:** 20.-21.6.2009 **Banská Bystrica**

**Podmienky účasti:** nominácia končí 7.6.2009. Štartuje jeden pretekár v disciplíne .

**Nové pravidlá v behoch** , ktoré budú na ME družstiev v Banskej Bystrici „**preverované**“ sa týkajú aj **nás** .

V behoch na **800 a 1500 m** sa nemení žiadne pravidlo. K dôležitým zmenám dochádza v behoch na **3 km a 3 km prekážok** . Po odbehnutí 1 km / 5 kôl pred cieľom /sa zo súťaže „**stiahne** „, posledný pretekár peletónu. Na méte 1,4 km / 4 kolá pred cieľom / druhý pretekár - posledný v poradí. Po 1,8 km / 3 kolá pred cieľom / sa pole bežcov zníži o tretieho - posledného bežca v poli. Toto by sa malo udiť na základe podkladov z cieľovej kamery. Vyradení pretekári sú v súťaži družstiev zaradení na posledné 3 miesta v poradí v akom boli z pretekov na základe tohto nového pravidla vylúčení.

V behoch na **5 km** platí obdobné pravidlo o vylúčení 3 bežcov. Tu sa však posúva vzdialenosť prvého „**vylúčovania** „, na métu 2,2km , teda 7 kôl pred cieľom. Druhá hranica je na 3 km – 5 kôl pred cieľom. Posledné znižovanie počtu pretekárov je na 3,8 km – 3 kolá pred cieľom.

**Rovnaké pravidlá platia pre súťaž mužov a žien.**

Ako ste mohli čítať na zväzovej stránke informácie o inšpekčnej ceste predstaviteľov EAA v dejisku majstrovstiev Európy družstiev , **najproblematickejšie** bude tzv. **sťahovanie** pretekárov v behoch nad 3 km. Podľa tohto článku sa chystá slovenská strana vyskúšať niektoré „**novinky**“ EAA aj na podujatiach Grand Prix Slovensko 2009. Máme dojem, že pri našej súčasnej výkonnosti a počtoch pretekárov v bežeckých súťažiach GPS je táto novinka **nie príliš šťastným riešením**.

### Na záver ...

Za necelý týždeň sa oficiálne začne hlavná sezóna prvým kolom GPS 2009 v Košiciach. Všetkým atlétom želáme úspešný vstup do tohtoročnej sezóny a všetkým , ktorí sa boria so zdravotnými problémami rýchly návrat na dráhu a splnenie ich cieľov.

A posledná myšlienka na záver ... skúste sa podeliť v krátkom článku o Vašich základných tréningových a existenčných podmienkach.

Od tréningových skupín, cez kluby , mesto, až po SAZ.

Ďakujeme za Vaše príspevky.

V Martine 26.04. 2009

Mgr. Pavel Slouka  
reprezentačný tréner behov

