

PLAN DELA 2019/2020

MLADINSKI PROGRAM MEDREGIJA FIS TEKMOVANJA

1. Vodstvo in sestava ekipe

1.1 Strokovno vodstvo:

	ime in priimek	opomba
Vodja mladinskega programa	BOŠTJAN ANDERLIČ	
Odgovorni trener C ženske	ALEŠ ROGELJ	
Trener C ženske	MIHA MUROVEC	
Trener, servis		
Odgovorni trener C moški	ALEŠ PIBER	
Trener C moški:	GREGA MARGUČ	
Kondicijski trener:	ANDREJ LUKEŽIČ	
Medregija:		
ZAH regija in vodja	NEJC REBEC	
CEN/NPR regija	LUKA LIPIČAR	
VZH regija	GREGA PINTARIČ	
Kondicijski trener	ANDREJ LUKEŽIČ	

1.2 tekmovalci -MEDREGIJSKA EKIPA

Ime in priimek	Leto rojstva	KRITERIJ	status
ARNE RESNIK	2001	Kriterij 3	
JAKOB FONDA	1999	Pokal SLO	
HADZISULEJMANOVIĆ ARNES	1999	Pokal SLO	
ŽAK ŽIROVNIK	1999	Pokal SLO	
JAN MIRNIK MAKS	2000	Pokal SLO	
ALJAŽ KASTELIC	2000	Pokal SLO	
ANŽE GARTNER	2001	Pokal SLO	
GAŠPER KEMPERLE	2001	Pokal SLO	
OTO VRANIČAR	2001	Pokal SLO	
TIM TRŠAN	2001	Pokal SLO	
LUKA RENKO	2001	Pokal SLO	
STOJANOVIČ ROK	2002	Pokal SLO	
LOTRIČ BINE	2002	Pokal SLO	
HABAJEC MATEVŽ	2003	Pokal SLO	
OREŠKOVIČ ZUPAN ŽIGA	2003	Pokal SLO	
MERTELJ ENEJ	2003	Pokal SLO	
RAKOVIČ DAVID	2003	Pokal SLO	
PREGRAD JAKA	2003	Pokal SLO	

1.3 tekmovalke -MEDREGIJSKA EKIPA

Ime in priimek	Leto rojstva	KRITERIJ	status
PODREPŠEK ULA STELLA	2000	POKAL SLO	
NIKA MEŠKO	2000	Pokal SLO	
KAJA REBEC	2001	Pokal SLO	
POŽENEL VILHAR URŠA	2002	Pokal SLO	
LINA KNIFIC	2002	Pokal SLO	
PIŽORN AJDA	2003	Pokal SLO	
KALAN REBEKA	2003	Pokal SLO	
ROBIN MAŠA	2003	Pokal SLO	
RONZULLO ALJA	2003	Pokal SLO	
OZIMIC NIKA	2003	Pokal SLO	

Tekmovalci izbrani v ekipo C so izpolnili kriterij 3. na podlagi FIS točk in ranga so razvrščeni v posamezno ekipo.

S ponovno uvedbo medregijske reprezentance širimo nabor mladih tekmovalcev in omogočamo nadgradnjo klubskega programa. Vključeni so najboljši tekmovalci iz Slovenskega pokala. Skupni pripravljalni kampi(kondicijski in snežni) medregijskih reprezentantov se izvajajo v

pripravljalnem in predtekmovalnem obdobju. V tekmovalnem obdobju se organizirajo skupni treningi »hitrih disciplin«, pregledni »štopping« treningi in posamezni treningi pred FIS tekmami v Sloveniji.

Medregijska ekipa je baza perspektivnih tekmovalcev. Posamezni tekmovalci bodo vabljeni na treninge C ekipe ter pregledne »štoppinge«. V primeru dobrih rezultatov se tekmovalec lahko priključi C ekipi ali obratno (v primeru slabših rezultatov v C ali nediscipline) se tekmovalec priključi medregijski ekipi.

2. Načrt programa

Mezocikel / datum	Načrtovan kraj treninga	Načrtovano število dni	
Maj/jun	Kranjska Gora/Postojna	4	Kondicija
Avg/september	Zermatt SUI/ Saas Fee	20	
september	Postojna	4	kondicija
Oktober	Hintertux/Molltal AUT	8	
november	Kaunertal AUT	6	
december	Krvavec SLO	5	
Jan-mar	SLO	8	
Feb-mar	YOG	6	
Feb-mar	WJC	8	
SKUPAJ		69 dni	dni

2. 1 Opis programa

PRIPRAVLJALNO OBDOBJE: medregijska ekipa opravi v pripravljalnem obdobju skupna kondicijska kampa (1x junij in 1x oktober) ter več snežnih kampov v obdobju avg. – december. Mladinska ekipa C in medregijska reprezentanca terminsko uskladita programe ter sodelujeta. Redno se priključuje na trening C ekipe do 2 člana medregijske ekipe.

Izvede se test motoričnih sposobnosti »Ironman« in pregledni »štopping« na snegu. Na podlagi doseženih rezultatov se ekipi C lahko priključi novi tekmovalci ali jo zapustijo (potrdi strokovni svet)

Ekipa C vertikalno sodeluje z ekipo B. programa sta terminsko usklajena in tekmovalci/ke bodo večkrat razdeljeni v trening skupine neglede na status.

TEKMOVALNO OBDOBJE: ekipe izvajajo treninge po programu. Prilagodi se koledar FIS-SLO tekem, da bo omogočal nastope najboljšim na EC tekmah in raznolikost na domačih tekmah.

Skupne priprave ekipe za tekmovanje YOG 2020 in WJC 2020

3. Rezultatskih cilji

vrsta cilja	načrtovani cilj	
YOG 2020		
M&Ž	1x 1-3 mesta,	
	2x do 10.mesta	
team	1-3	
MSP 2020		
M&Ž	2x 1-3	
	2x do 10.m.	
team	1-3	
FIS tekmovanja		
M&Ž	Izboljšanje FIS točk in rangov	

4. organizacija FIS tekmovanj v SLO

Organizacija FIS tekmovanj v Sloveniji je že na visokem nivoju, pravitako konkurenca oz. minimalni pribitki. Vseeno sem mnenja, da lahko kvaliteto organizacije dvignemo na višji nivo, da bodo naši tekmovalci imeli dobre pogoje tako za vstop v FIS program kot pripravo za tekmovanja višjega nivoja kot so WJC, EYOF/YOG in Evropski pokal. Organizacija tekmovanj:

- - na raznolikih terenih(zahtevnost)
- Priprava kakovostne podlage
- Koli za organizacijo SL tekem M in Ž
- Raznolike postavitve
- Org. tekem na terenih kjer so kasneje tekmovanja za EC in WC(moški in ženske)
- Večje število delavcev za servis na progi
- varnostne mreže
- NC in NJC tekme organizirajo izvajalci WC/EC tekmovanj

Glede zgoraj napisanih točk predlagam, da se na enem smučišču ne organizira več kot 2 tekmi na enaki progi ali eni homologaciji. Izvesti še več tekem v mesecu decembru saj je takrat tudi v tujini težko najti dobre tekme. Organizacija PAR tekme: »team event« ali SL – FIS oz. EC