

POROČILO O DELU V SEZONI

2010/2011

(Mlajši – dečki,deklice/ Starejši – dečki,deklice)

SK ALPETOUR

Škofja Loka, 14.05. 2011

PETERNEL Uroš

SKUPINA (MDE , MDI)

| | |
|--------------------|------|
| HAFNER Nika | 1998 |
| GIACOMELLI Timotej | 1998 |
| ŠKULJ Liza | 1999 |
| RIHTARŠIČ Martin | 1999 |
| FLORJANČIČ Miha | 1999 |
| JEMEC Matic | 1999 |
| DEMŠAR Žan | 1999 |
| LAH-BLAŽIČ Lenart | 1999 |
| ŽONTAR Andraž | 1999 |

SKUPINA (SDE , SDI)

| | |
|----------------|------|
| MLAKAR Maj | 1996 |
| KRIŽAJ Luka | 1997 |
| JEMEC Anže | 1997 |
| RAKOVEC Andraž | 1997 |
| ČERIN Matic | 1997 |

TRENER: PETERNEL Uroš

POMOČNIK: SVOLJŠAK Ana

1. TRENINGI TELESNE PRIPRAVLJENOSTI

V pripravljalnem obdobju smo realizirali 139 treningov skupne in individualne pripravljenosti (od tega 6 dni PREMANTURA, 5 dni PLANICA in 2x testiranje na Fakulteti za šport v Ljubljani), v tekmovalnem pa 31. Program treningov je potekal podobno kot v sezoni 2009 / 2010. Skupno smo realizirali 170 dni kondicijskih treningov. V ltošnji sezoni je bila udeležba tekmovalcev na kond. treningih zopet nekoliko slabša, s tem tudi pripravljenost nekaterih tekmovalcev. Tem tekmovalcem se je slabša telesna pripravljenost poznala v drugem sklopu tekmovanja, saj niso bili sposobni tako na treningih kot tekmovanjih pokazati vsega svojega znanja.

2. TRENINGI NA SNEGU

Planiranih je bilo 90 – 100 snežnih treningov, od tega 40 – 45 v pripravljalnem obdobju. Skupno smo realizirali 42 treningov v pripravljalnem in 51 v tekmovalnem obdobju. Poleg treningov so imeli MD 21, SD 22 tekmovanje v republiškem (VELIKA NAGRADA ARGETA) in regijskem (POKAL ELAN) merilu. Vsi tekmovalci so štartali na tekmovanju 36. POKAL LOKA.

Treninge smo v pripravljalnem obdobju izvajali na smučiščih v Avstriji, na ledeniku Mölltal in smučišču Türracherhöhe .V tekmovalnem obdobju smo trenirali na Starem vrhu in Krvavcu.

3. TEKMOVANJA IN REZULTATI

Udeležili smo se vseh tekmovanj regijskega ranga (POKAL ELAN) in republiškega ranga (VELIKA NAGRADA ARGETA).Rihtaršič Martin se je uvrstil na dve menarodni tekmovanji (ITALIJA - TROFEO TOPOLINO,FRANCIJA – Val d Isere).Giacomelli Timotej na eno (SLOVENIJA – 36.Pokal Loka B-ekipa), vsi tekmovalci so bili udeleženci na domačem mednarodnem tekmovanju 36. POKAL LOKA.Konkurenca je bila v letošnji sezoni na tekmovanju POKAL LOKA na še višjem nivoju kot lansko leto,saj je tekmovalo nekaj tekmovalcev,ki so vidne uvrstitve dosegali tudi na ostalih mednarodnih tekmovanjih po Evropi.

- Na 36.POKAL LOKA je vidno uvrstitev dosegel Giacomelli Timotej,ki je v VSL s 6.mestom dosegel v kategoriji mlajših dečkov najboljšo slovensko uvrstitev. Oostale rezultate si lahko ogledate na spletni strani SK Alpetour.

Dva tekmovalca (MLAKAR Maj in RAKOVEC Andraž) sta bila uvrščena v otroško reprezentanco,s katero smo realizirali zaradi slabih vremenskih razmer v predvidenih terminih in slabega finančnega stanja na SZS samo 3-dnevni trening na smučišču Molltal v pripravljalnem obdobju.V tekmovalnem obdobju smo pred mednarodnimi tekmovanji uspeli izpeljati le trening pred POKALOM LOKA,ki pa zaradi visokih temperatur ni bil 100% realiziran.

UVRSTITVE TEKMOVALCEV V POKALU ELAN – (regija) in VELIKI NAGRADI ARGETA – (država)

TABELA 1 (uvrstitve tekmovalcev v POKALU ELAN - regija)

| | SL 1 | SL 2 | VSL 1 | VSL 2 | VSL 3 | VSL 4 |
|---------------|------|------|-------|-------|-------|-------|
| Mlakar Maj | | 5 | 1 | 3 | 3 | |
| Rakovec A. | 2 | 1 | 4 | 7 | 2 | 3 |
| Jemec Anže | 7 | 8 | 10 | 11 | 5 | 4 |
| Čerin Matic | 6 | 14 | 9 | 14 | 7 | 7 |
| Giacomelli T. | | 4 | 2 | 4 | 1 | 1 |
| Rihtaršič M. | | 1 | | | 3 | |
| Florjančič M. | 4 | 5 | 6 | 8 | 5 | 2 |
| Jemec Matic | 9 | 10 | 8 | 12 | 12 | 7 |
| Demšar Žan | 14 | 12 | 18 | 21 | 20 | 17 |
| Žontar A. | 12 | 17 | 13 | 17 | 18 | 15 |
| Lah-Blažič L. | 13 | | 17 | 20 | | 19 |
| Škulj Liza | 8 | 6 | 12 | 10 | 9 | |

TABELE 2 (uvrstitve tekmovalcev na VN ARGETA - država)

| | VSL 1 | VSL 2 | VSL 3 | VSL 4 | VSL 5- DP | VSL 6 |
|---------------|-------|-------|-------|-------|-----------|-------|
| Mlakar Maj | 6 | | | | 9 | 7 |
| Rakovec A. | 11 | | | 7 | 3 | 8 |
| Jemec Anže | | | 12 | | 20 | 16 |
| Čerin Matic | 23 | | | 18 | 23 | 21 |
| Giacomelli T. | 1 | | 1 | 3 | 7 | 13 |
| Rihtaršič M. | 5 | | 3 | 2 | 3 | 4 |
| Florjančič M. | 14 | 24 | 27 | 10 | 9 | 27 |
| Jemec Matic | | 33 | 25 | | | 31 |
| Demšar Žan | | | | | | |
| Žontar A. | | | | | | |
| Lah-Blažič L. | | | | | | |
| Škulj Liza | | 22 | 23 | 27 | 22 | 27 |

| | SL 1 | SL 2 | SL 3 | SL 4 | SL 5-DP | SL 6 |
|---------------|------|------|------|------|---------|------|
| Mlakar Maj | 7 | 7 | 9 | 34 | 10 | 5 |
| Rakovec A. | 4 | 6 | 3 | 20 | 4 | 10 |
| Jemec Anže | | | 17 | 19 | | |
| Čerin Matic | 23 | 12 | 14 | 26 | 16 | 19 |
| Giacomelli T. | 6 | 5 | | 7 | | |
| Rihtaršič M. | 3 | | | 1 | 3 | |
| Florjančič M. | | 9 | 7 | 22 | 11 | |
| Jemec Matic | | | 23 | | | |
| Demšar Žan | | 34 | | | 33 | |
| Žontar A. | 29 | | 24 | | | |
| Lah-Blažič L. | | | | | | |
| Škulj Liza | 16 | 20 | 19 | 23 | 18 | |

| | SG 1 | SG 2 | SG 3-DP | SG 4 |
|---------------|------|------|---------|------|
| Mlakar Maj | | 14 | 6 | 8 |
| Rakovec A. | 12 | 15 | 7 | 9 |
| Jemec Anže | 21 | 25 | 23 | |
| Čerin Matic | 24 | 27 | 24 | 25 |
| Giacomelli T. | 4 | 9 | 8 | 8 |
| Rihtaršič M. | 12 | 5 | 2 | 4 |
| Florjančič M. | 13 | 11 | 17 | 13 |
| Jemec Matic | 31 | 22 | | |
| Demšar Žan | | | | |
| Žontar A. | | | | |
| Lah-Blažič L. | | | | |
| Škulj Liza | 20 | 19 | 17 | 22 |

PRAZNA REZPREDELNICA

- ni štartal

-odstop

-ni uvrščen do 35.mesta

DP – državno prvenstvo (MD,SD)

DRŽAVNO PRVENSTVO (kombinacija)

| | |
|------------------|---------|
| RAKOVEC Andraž | 1.mesto |
| MLAKAR Maj | 4.mesto |
| RIHTARŠIČ Martin | 2.mesto |
| FLORJANČIČ Miha | 8.mesto |

V skupnem seštevku vseh točk POKALA ELAN so boljše uvrstitve dosegli:

| | |
|--------------------|----------|
| GIACOMELLI Timotej | 2.mesto |
| FLORJANČIČ Miha | 5.mesto |
| RIHTARŠIČ Martin | 8.mesto |
| RAKOVEC Andraž | 2.mesto |
| MLAKAR Maj | 4.mesto |
| JEMEC Anže | 8.mesto |
| ČERIN Matic | 10.mesto |

V skupnem seštevku vseh točk VELIKE NAGRADE ARGETA so boljše uvrstitve dosegli:

| | | |
|--------------------|----------|--------------------------|
| RAKOVEC Andraž | 7.mesto | (1.mesto v letniku 1997) |
| MLAKAR Maj | 12.mesto | |
| RIHTARŠIČ Martin | 2.mesto | (1.mesto v letniku 1999) |
| GIACOMELLI Timotej | 4.mesto | |
| FLORJANČIČ Miha | 16.mesto | (6.mesto v letniku 1999) |

Trije tekmovalci (Rakovec Andraž, Giacomelli Timotej in Rihtaršič Martin) so se uvrstili v otroško reprezentanco Slovenije za sezono 2011/12.

TABELA 3 (uvrstitve v POKALU ELAN (regija) – EKIPNO)

| MESTO | MD,SD |
|-------|-------|
| 1. | 4 |
| 2. | 4 |
| 3. | 4 |
| 4. | 5 |
| 5. | 4 |
| 6. | 3 |
| 7. | 5 |
| 8. | 3 |
| 9. | 3 |
| 10. | 3 |

TABELA 4 (uvrstitve v VELIKI NAGRADI ARGETA (država) – EKIPNO)

| MESTO | MD,SD |
|-------|-------|
| 1. | 4 |
| 2. | 3 |
| 3. | 7 |
| 4. | 5 |
| 5. | 4 |
| 6. | 4 |
| 7. | 8 |
| 8. | 3 |
| 9. | 6 |
| 10. | 3 |

EKIPNO smo zasedli v POKALU ZAV.TRIGLAV (Pokal Elan in Pokal Dr.Bobo)

1. mesto, v razvrstitvi VELIKE NAGRADE ARGETA 5.mesto,v skupnem točkovanju vseh kategorij v DRŽAVI 3.mesto. Bolj podrobne rezultate vseh tekmovanj posameznikov in klubov, si lahko ogledate na spletni strani SZS (www.sloski.si).

4. OCENA SEZONE

Letošnja sezona je bila prav tako kot lanska uspešna,saj se je od dvanajstih tekmovalcev skupine (MD,SD) , uvrščalo med deset najboljših v državi (POKAL ARGETA) pet tekmovalcev. Povdariti moram,da smo imeli v letošnji sezoni le dva tekmovalca,ki sta bila v

svoji kategoriji zadnje leto (Mlakar Maj, Giacomelli Timotej). Vsi ostali so tekmovali v svoji kategoriji prvo leto. Na tekmovanjih nas je po poškodbi Hafner Nike zastopala le ena tekmovalka v skupini mlajših deklic. Starejših deklic nismo imeli.

Tudi v letošnji sezoni so se nekateri še vedno premalokrat udeležili, tako kondicijskih kot tudi snežnih treningov zaradi najrazličnejših vzrokov. Posledica tega je slabša telesna in smučarska pripravljenost. Zato prihaja do razočaranja, tako tekmovalcev kot tudi staršev, nad doseženimi rezultati. Vse to pa močno vpliva na tekmovalca v tekmovalni sezoni, ki je razmeroma kratka, če tekmovalec ni 100% pripravljen že na samem začetku sezone.

Večinoma prihaja do velikih nihanj v smislu doseganja dobrih rezultatov, želje po uspehu in motiva za nadaljnjo smučarsko pot. Kljub opozorilom in prošnjam, da je to eden glavnih vzrokov za slabše rezultate nekateri niso istega mnenja.

Žal tako je in vsak, ki razmišlja drugače se bo moral s tem sprijazniti. Le delo, želja in odrekanja vodijo k doseganju dobrih rezultatov in prinašajo uspehe, ki si jih tako tekmovalec, starši, trener, kot tudi klubski zanesenjaki, ki preživijo veliko prostega časa na smučiščih, še kako želimo. Seveda je vzrok za nekoliko slabše rezultate včasih tudi poškodba ali bolezen, ki je sestavni del vsakega vrhunškega športa.

To so dejstva na katera opozarjam že dalj časa, vendar so nekateri drugačnega mnenja in vidijo razloge povsod drugje.

5. POŠKODBE IN BOLEZNI TEKMOVALCEV

KRIŽAJ LUKA – Poškodba hrbta že v lanski tekmovalni sezoni na POKALU Trofeo Topolino. Luka je začel s treningi junija 2010 vendar je z njimi prekinil konec meseca avgusta. Od takrat dalje zdravi poškodbo, ki žal še do danes ni sanirana. Škoda, saj je dokazal, da lahko na tekmovanjih dosega vidne rezultate.

HAFNER NIKA – Zlom golenice v pripravljalnem obdobju (Molltal). Izkazalo se je, da bo potrebna daljša rehabilitacija kot je sprva kazalo. Nika se ni udeležila nobenega tekmovanja, prav tako se zaradi poškodbe še ne udeležuje kondicijskih treningov.

RIHTARŠIČ MARTIN – Začutil bolečine v kolenu na smučarskem treningu (Molltal) ob koncu pripravljalnega obdobja, zato ni treniral mesec dni in ni štartal na prvih dveh regijskih tekmovanjih (Pokal ELAN).

*Bilo je še nekaj lažjih poškodb in krajših boleznih tekmovalcev, ki pa niso bistveno vplivale na potek treningov in tekmovanj.

6. OSTALO

Kot vsako leto smo organizirali in kljub težkim vremenskim razmeram vzorno izpeljali POKALA LOKA, tekmovanje (POKAL ARGETA) v SL in VSL ,regijsko tekmovanje (Pokal Elan) v SL in VSL ter FIS tekmovanja. Poleg tekmovanj smo uspešno izpeljali tradicionalni smučarski sejem. Zato bi se zahvalil vsem staršem tekmovalcev in članom SK ALPETOUR, ki ste si vzeli toliko časa in volje, da smo vse zadane naloge realizirali in kvalitetno izpeljali.

Izkoristili smo tako koroško kot tudi slovensko sezonsko smučarsko vozovnico, tekmovalci so bili zdravniško pregledani, statusi športnika pa v začetku šolskega leta oddani na OŠ. Tekmovalci so bili pravočasno registrirani na ZAH. regiji in SZS (Modra kartica). S prevozi na smučišča in organizacijo treninga nismo imeli problemov, saj je skupina (SD, MD) imela v letošnji sezoni v uporabi dva kombija in nekatere starše tekmovalcev, ki so priskočila na pomoč. Plan in program dela smo uspešno izpeljali, zato gre zahvala tudi vodstvu in vsem aktivnim članom SK ALPETOUR . Hvala tudi vsem trenerjem predvsem pomočnici Svobjak Ani za pomoč pri prevozih, kondicijskih, smučarskih treningih in organizaciji tekmovanj.