

SEZONA 2022/2023

1. S drobnými obměnami navštěvovalo kroužek atletické přípravy přibližně **55 dětí**, které jsme dělili na dvě (respektive tři) tréninkové skupiny.
2. Základním kamenem atletického kroužku a celé všeobecné sportovní přípravy o kterou se snažíme jsou **tréninky**. Mimo prvního týdne v září, vánočních prázdnin a státních svátků se nám podařilo odtrénovat vlastně celých 10 měsíců školního roku, celkem **79 tréninků**. Jsem moc rád, že děti s Vaší podporou, prokázali velkou houževnatost a i ve studenějších měsících jsme zvládli část tréninků venku! Když to shrnu přibližně 70% tréninků bylo venku - především na hřišti, oválu či písku. Zbytek v tělocvičnách + 4 „tréninky“ v bazénu. Trénink mladších atletů byl jednoznačně směřován do všeobecné pohybové průpravy, rozvoji základních pochopových dovedností formou her a různých cvičení a minisoutěží. Se staršími jsme se mimo to letos už více věnovali nácviku jednotlivých atletických disciplín a rozvoji kondičních schopností.
3. Stávající sourozenecké trenérské duo **Karolínu a Reného** a její maličkost doplnila letos skvělá děvčata **Vendy a Viky**.

Troufám si tvrdit, že za daných podmínek, které nejsou vždy ideální se dařilo u dětí maximálně podpořit jejich vztah k pohybu a předat jim co nejvíce z našich bohatých atletických zkušeností.

4. Podařilo se prosadit výraznější investice do **materiálního vybavení oddílu** tak, abychom mladší žáky připravili na závodní disciplíny. Do oddílu jsme mimo drobností a spotřebního materiálu pořídili nové **startovní bloky, koule, kriketové míčky, překážky a oddílové dresy**.
5. Účast oddílu na závodech:
 - Závodní sezonu zahájil **Běh o pohár rektora** na začátku listopadu. Poprvé jsme uspořádali kromě běhu studentů a dospělých i oddílový přebor v přespolním běhu na třech dětských tratích od nejmenších po nejstarší – 200m – 500m – 1000m.
 - Letos poprvé jsme přihlásili oddíl do oficiální soutěže družstev – **Pražského přeboru mladších žáků** (ročníky 2010-2011-2012) na jaře se uskutečnili 4 kola, kde naši atleti sbírali body v disciplínách - 60 m, skok vysoký, 150 m + vrh koulí 3kg, 60 m př., dálka, 800 m, hod kriketovým míčkem. Po úvodních kolech jsme uhájili krásné 10 místo (7 hlavních bodů,

303 vedlejších a postupujeme do semifinále, které se uskuteční 12.9.2023.

- Naši atleti si vytvořili spousto osobních i oddílových rekordů. Začátkem června jsme uspořádali také **oddílový přebor TJ ČZU Praha**, kde si v disciplínách 60m, skok daleký a hod kriketovým míčkem zazávodili všichni včetně nejmladších.