

NOVINKY Z PLAVECKÉHO ODDÍLU Říjen 2012



Skoro stovka nových plavců v malé přípravce

19. září se uskutečnil na bazéně nábor nových plavců. Letos se jich sešel opravdu rekordní počet. Rozdalo se přes sto přihlášek. Z tohoto důvodu jsme museli přistoupit k změně organizace malé přípravy. Přidali jsme jednu dráhu pro úplné začátečníky. S nejmenšími plavci se v malých skupinkách trénuje dýchání a pohyb ve vodě na prostředních drahách. Udělali jsme maximum proto, abychom mohli přijmout většinu zájemců, aniž by došlo k zhoršení kvality plaveckého výcviku. Přibyli nám také noví trenéři a trenérky, kteří byli vychováni v plaveckém oddíle a tomuto sportu se chtějí věnovat i po skončení svého závodění.



Vzhledem k velkému počtu nových plavců a pro zajištění jejich bezpečnosti a hygieny, prosíme rodiče, aby po přivedení plavce na bazén, jak v malé tak ve velké přípravce odcházely na galerii. Děkujeme za pochopení.

Jubilejní ročník Velké ceny Prostějova

Letos se uskuteční již 10. ročník Velké ceny Prostějova. Závodů se zúčastní řada juniorských reprezentantů, kteří změřící síly v prvním významnějším závodě zimní sezóny. Prostějovské závody si za dobu své existence vybudovaly velmi dobrou pověst a pravidelně se jich zúčastňuje česká špička žákovských kategorií. Protože se jedná o první velké závody s celorepublikovou účastí, umístění na předních příčkách odhalují formu plavců v zimní sezóně a naznačují jejich šance na zimním Mistrovství České republiky.

„Na Velké ceně jsou často vyrovnávány i překonávány české rekordy v žákovských kategoriích. Úroveň závodníků je tedy vysoká. I proto patří prostějovská Velká cena mezi prestižní plavecké závody, které si málokdo dobrovolně nechá ujít,“ vysvětluje Petr Adamec. Mezi kvalitní české závody se Velká cena vysoce vyprofilovala i díky výborné organizaci a podpoře sponzorů, kteří pomáhají finančními příspěvky i věcnými cenami. „Takových sponzorů ale nikdy není dost, proto rádi uvítáme jakoukoli podporu,“ doplňuje Adamec.



Absolutní vítězkou loňského ročníku se stala prostějovská závodnice a česká juniorská reprezentantka Lenka Skoumalová. Přijďte naše plavce podpořit na bazén, nebo sledujte přímý přenos na internetu.

NOVINKY Z PLAVECKÉHO ODDÍLU Říjen 2012



Vyškovský hrošík

Nejmladší závodníci ročníku 2002 a 2003 v sobotu zahájí zimní plaveckou sezónu na závodech Vyškovský hrošík.

Rozplavání proběhne v 8:00 - 8:45, závody začínají v 9:00. Předpokládaný konec závodů je v 13:00, takže není potřeba dětem dávat s sebou oběd, stačí menší svačinka, nějaké dobroty a pití (třeba džus). S sebou dětem zabalte nejlépe 2 plavky, plaveckou čepičku (pokud používají), plavecké brýle, tričko, tepláky a mikinu (kdyby byla na bazéně zima), 2 ručníky (jeden na utření, druhý na sezení) a boty na bazén.

Prosíme rodiče přijatých závodníků o pomoc s dopravou. Předpokládaný odjezd 7:15 od lázní (upřesníme).



Stručně

Na všechny kontaktní emaily byly odeslány informace pro zaplacení příspěvků na první pololetí. Prosíme o jejich zaplacení. Děkujeme. Pokud někomu informace nepřišly, prosím ozvěte se na email ales.matyasek@interinvest.cz.

Stále platí možnost objednávky oddílových triček, mikin a ručníků. Na kompletní seznam se můžete podívat do katalogu na webu: **Menu - Oddílová trička a mikiny**. Textil bude objednáno, jakmile nasbíráme větší počet objednávek. Z poslední objednávky textilu zbylo několik dětských triček za 130 Kč. V případě zájmu kontaktujte Markétu Novotnou ([mmaarketa@centrum.cz](mailto:mmarketa@centrum.cz))

Tréninky přípravky a kondičního oddílu během podzimních prázdnin odpadají.

Výživové poradenství

Téma správné výživy dětí a zejména sportujících dětí je v dnešní době stále důležitější. Víte, že snídaneň je nejdůležitější jídlo dne? Víte, že děti by neměly chodit na trénink hladové, jinak jim to může uškodit? Víte, co dávat dětem na svačinu a co by měly během dne a během tréninku pít? Tyto a jistě i další otázky vám zodpoví Zuzana Malečková, která nabízí individuální výživové poradenství.

V případě zájmu ji kontaktujte prostřednictvím emailu zuzana.maleckova@seznam.cz, nebo na telefonu: 777 132 272.

