

Český svaz tělesně postižených sportovců (ČSTPS) vyslal v letošním roce 2015 na německý šampionát velmi početnou skupinu plavců, z mateřských oddílů SK KONTAKT PRAHA, BRNO a samozřejmě KARLOVY VARY. Důvodem takto početné skupiny byla jednak účast na vlastním závodě a jednak mezinárodní klasifikace, kterou absolvovalo celkem 12 plavců z toho šest karlovaráků.



Jmenovitě sportovní klub SK KONTAKT KARLOVY VARY reprezentovali Vendy Dušková, Peťa Flekačová, Nika Habermannová, Milan Man, Vítek Šašek, Jakub Voráček .

Se svými přidělenými a potvrzenými mezinárodními klasifikačními třídami se všichni dobře sžili, obzvláště Vítek Šašek obdržel po trpělivém 13 letém čekání třídu, která mu padne jako ulitá a vyměnil S8, SB7, SM 8 za S6, SB5, SM6 (vysvětlení: třída S platí pro kraul, znak a motýlek; SB pro prsa a SM pro osobní polohový závod). Ostatní plavci nebyli svou přidělenou mezinárodní třídou až tak překvapeni, neboť vesměs odpovídala národní klasifikaci. Po klasifikacích jsme se po dnu volna mohli vrhnout do závodního kolotoče.

Konkurence na závodech byla jako vždy veliká a obzvláště letos. IDM Berlin 2015 byl jednou z posledních možností splnit limit a nominovat se na Mistrovství světa v Glasgow, které proběhne druhý týden v červenci. Závod byl i možností zaplavat limity pro účast na LPH v Rio de Janeiru v roce 2016.

569 sportovců 41 národností se od 16. 4. do 19. 4. potkávalo v nádherném plaveckém a skokanském areálu v Europasportparku.

Čtvrtek 16. 4. 2015, na start se postavila všechna naše děvčata v disciplínách 100Z a 50VZ
Vendy, třída S8, zahájila svůj 4 denní maraton velmi dobře a obě disciplíny (100Z 1:34,4; 50VZ 0:37,62) zaplavala v osobních rekordech a splnila MET (limit B) pro červencové MS v Glasgow. Pro účast je však potřeba splnit A limit (minimální klasifikační standard MQS). Uvidíme, co přinesou další dny...

Nika, třída S8, plavala výborně, oba zaplavané časy (100Z 1:42,90; 50VZ 0:42,19) v osobních rekordech
Peťa, třída S8, v obou disciplínách plaval blízko svým nejlepším časům na 50m bazénu a podala bojovný výkon. Úspěchem bylo zdárné, podle pravidel provedení znakové kotoulové obrátky.

Muži měli na programu 200VZ. Na rozehrání si zaplavali 200VZ **Vítek** (třída S6) a **Kuba** (třída S8), oba v osobáku a velkém. V letošním roce ve srovnání s rokem minulým, plaval Vítek čas o 14,2 vteřin rychleji. Podobně si vedl i Kuba, který se zlepšil o 5,89 vteřin. **Milan** zůstal první den závodu v klidu, neboť rekonvalescence po mononukleóze chce své.

Pátek 17. 4. 2015

Závodní den zahájila **Pet'ula s Nikou**, obě plavající 50M (motýlek). Nika trochu s obavou, že neuplave trať dle pravidel, ale obavy byly předčasné. Obě zvládly trať bez závad a v osobních rekordech. Nika opráší svůj čas z roku 2012 a zlepšení o 16, 44 vteřiny dokumentuje, že si plavecké motýlkové dovednosti výrazně osvojila ☺. Peťa zlepšení o 0,62 vteřiny.

Společně s Vendy je čekala ještě trať 100VZ (volný způsob). Nika opět v osobáku (1:33,65, zlepšení o 0,75 vteřiny), Peťa časem 1:42,86 zůstala pár vteřin za svým nejlepším časem.

Vendy a její první start tento den, opět šance splnit A limit na MS. Čas zaplavaný na 25metrovém bazénu na XIII. POHÁRKU věstil možnost splnění, ale padesátka je padesátka. Ale Vendy bojovnice a tentokrát TO PADLO (1:19,67). Splněn limit MQS(1:20,00)! Super, psychická úleva a důvěra v sebe a formu. Bylo splněno a mohli jsme se nechat jen překvapit. Jako bonbónek si dala ještě 50Z a vyrovnala na této neparalympijské trati osobák.

Muži měli na programu 200OPZ (Vítek Šašek, SM6), 50P (Kuba Voráček, SB7) a 100Z (Vítek, Kuba a Milan Man). **Vítek** zahájil 200m trati a čas 4:44,43 je osobák na dlouhém bazénu a stejně tak i čas na 100Z 1.54,54.

Kuba a jeho neparalympijská prsová padesátka byla plavána svižně a v osobním rekordu, 100Z rozjel v tempu dlouhé trati a v závěru už nešlo nic dohnat...alespoň víme, na co se v tréninku zaměřit ☺.

Milan jel 100Z rozvážně s ohledem na svůj zdravotní stav v čase 1:19,50, který je vzdálen jeho nejlepším výkonům.

Sobota 18. 4. 2015

Sobotní dopolední blok zahájila děvčata trati 400VZ, pro někoho radost, pro někoho dlouhá „nepříjemná“ trať. S obavami šly do závodu Nika a Peťa, obě trat zvládly. Peťa v trochu volnějším tempu a po závodě udýchané s konstatováním „líp to nešlo“ a Nika bojovně s časem, který je osobákem na dlouhém bazénu. Poslední z karlovarských šla na start Vendy. Pro ni tempařku je naopak 400VZ oblíbená trať a časy z tréninku a psychická pohoda věstily, že padne další splněný MQS. A stalo se, jen jsme netušili, že Vendy se nařídila jak dobře běžící švýcarské hodinky a zaplavala osobák na 50m bazénu. Čas 5:41,76 byl nejen druhým splněným MQS, ale také splněným B limitem na LPH v Riu de Janeiro (ještě splnit A limit ☺, což není nereálné-stáhnout 3,81 vteřiny na 400metrové trati). Pěkný sobotní zážitek a zahájení sobotního programu.

Muži odstartovali disciplínou 100P sobotní blok. Pro **Milana** (třída SB8) získala tato disciplína jiné obrysy po klasifikacích. Klasifikátory byl informován, že do svého pojetí prsou musí zapojit i prsový kop. Do té doby plaval Milan prsa bez kopu, neboť kop jednou nohou se jevil spíše jako nevhodný a nepomáhal mu ve směru vpřed, ale spíše strhával zpět. Mili v rámci rozplavání a tréninků v předcházející dny trénoval a vyladil souhru paží a kopu a nakonec nás na závodní trati překvapil – možná i sebe. Plaval s nasazením, bojovně a kupodivu jeho styl vypadal i na pohled hezky „prsařsky“. Nejvíce se na výkonu podepsal jeho tréninkový výpadek, kdy v druhé ½ trati došly výrazně síly. Následoval ještě start na 50VZ a opět Mili v rámci možného skvělý a bojovný výkon a čas pod 30vteřin 29,97. Za oba své výkony a hlavně přístup byl po právu pochválen před zbytkem týmu ☺. **Vítek** (třída S6, SB8) i **Kuba** (S8, SB7) startovali také v obou disciplínách 100P a 50VZ. Oba zaplavali dobře v osobních rekordech na 50VZ(Kuba 38,62; Vítek 52,79) a na prsové trati zaplavali osobáky na dlouhém bazénu.

Neděle 19. 4. 2015

Byť neděle, 4. závodní den a narůstající únava, tak na některé čekal poměrně náročný program.

Vendy (třída SB7, SM8) měla před sebou disciplínu 100P a 200OPZ. Na obou tratích se rýsovala možnost splnit limity, už stačí jen „béčkové“. Vendy zatím prokazovala vynikající formu, ale přeci jen narůstala únava... Bojovnost, síla, odhodlání, dobrá forma to vše se na obou Vendy startech sešlo a přineslo další dva splněné A limity MQS! Skvělá práce – ze šesti startů čtyři splněné limity A (MQS) a dva limity B (MET), tři osobní rekordy. Gratulujeme a přejeme hodně sil a odhodlání do dalšího tréninku!

Nika (třída SB8) si dala na závěr programu 100P (2:03,21) v osobním rekordu a její rekapitulace je ze sedmi startů 6osobních rekordů a jeden na padesátimetrovém bazénu.

Pet'á (třída SB7) měla před sebou podobnou zkoušku jako Milan. Čekala ji prsařská stovka a opět verdikt klasifikátorů byl přidat kop. Po berlínském trénování souhry Peťa trať zvládla podle pravidel, bez diskvalifikace a na dynamiku a rychlost si budeme muset počkat ☺.

Muži **Vítek** (třída S6) a **Kuba** (třída S8) zakončili disciplínami 100VZ (Vítek 2:00,55; Kuba 1:27,33) a 50Z (Vítek 0:52,38; Kuba 0:48,78) a obdobně jako den předtím to byl na 50m trati osobák a na 100m osobák na dlouhém bazénu. Asi bude potřeba přidat v tréninku, aby klukům příště vydržela síla i do druhé půlky trati.

Miliho bonbónek na závěr v podobě startu na 50Z a čas 35,28 byl hezkou tečkou za jeho závodními starty plavané lehce v rekonvalescenci. Pevné zdraví.

Organizace: SK KONTAKT KARLOVY VARY
Oblast činnosti: Sport
Část oblasti: Závody
Akce: IDM Berlin 2015
Internationale Deutsche Meisterschaften im Schwimmen 2015
Věc: Hodnocení akce, podklad pro článek



Výkony Vítka v sedmi startech ukázaly na progres formy. Jeho tréninkové počínání a přípravu realizují v době jeho studia na VŠ v Praze kolegové z pražského SK KONTAKTU a za to jim díky a Vítkovi gratulaci. Kuba také sedm startů, zlepšení ve všech disciplínách a 4 osobní rekordy. Gratulace a jen tak dál.

Výsledky jsou na stránkách <http://www.idm-schwimmen.de/en/results/>.

Poděkování za skvělou atmosféru patří především vedoucímu výpravy Štěpánu Cagaňovi a trenérům Alžbětě Řehořkové (SK KONTAKT PRAHA) a Honzovi Drobnému (SK KONTAKT BRNO) a plavcům z pražského a brněnského střediska.

A především sportovní klub KONTAKT KARLOVY VARY vychází a navazuje na program, který je realizován KONTAKTEM bB Plaveckou akademií bez Bariér (www.kontaktbb.cz). Zakladatelé KONTAKTU bB a metodiky plavání handicapovaných KONEV jsou Jan Nevrkla a Martin Kovář. Pánové díky za váš základní kámen.

Na přípravě karlovarské výpravy se podílí další pracovníci Tomáš Černý, Míša Ženíšková (oba tréninky ve vodě) a pan Jiří Král, Lenka Dědičová (suchá příprava). Všem patří poděkování.

Velké poděkování patří i našim podporovatelům, sponzorům a příznivcům.

Jmenovitě panu **Janu Ederovi z firmy Toyota Auto Eder**, který zapůjčil naší výpravě nejen auto, ale již šestým rokem podporuje naši činnost.

AUTO EDER  **TOYOTA**

Sportovní klub SK KONTAKT KARLOVY VARY a jeho činnost je realizována za finanční podpory

Karlovy VARY°

