

## **Panoga: Deskanje na snegu**

### **Poročilo o delu panoge za sezono 2022/2023 za Skupščino SZS 2023**

#### **1. Uvod**

Vodstvo panoge in programi so bili pripravljene za vse ekipe s trenerji in pomočniki. Delo ekip je bilo v disciplini prostega sloga utečeno in brez posebnosti. Pri A ekipi smo poskrbeli za podporo športnikom, vendar je zaradi slabih medsebojnih odnosov še precej nejevolje in omejeno zanimanje za skupno delo. Tako so športniki imeli podporo za individualno delo v pripravljalnem in predtekmovalnem obdobju ter organizirane skupne »performance kampe«. Udeležba v pretekli sezoni je bila zadovoljivo visoka na vseh disciplinah.

#### **2. Vsebinski povzetek sezone**

Sezono smo začeli z analizo, preverbo fizične in psihične kondicije posameznikov. Za posamezne tekmovalce se je pripravil individualen plan kondicijske priprave v prehodnem obdobju. Nadaljno se je ažuriral letni načrt programiranja kondicijske priprave in splošne ciklizacije, glede na pridobljene okvirne datume tekem za svetovni pokal. Članska reprezentanca je uvodni del sezone / pripravljalno obdobje v večini opravila po planu. Sezona se je nadaljevala s sežnimi treningi v planici in na ledenikih ter zračni blazini.

#### **1.2. Vsebinski povzetek sezone**

##### **ČLANSKA REPREZENTANCA – PARALELNE DISCIPLINE**

Prvi snežni dnevi nove sezone so se odvijali v duhu testiranja nove opreme na ledenikih, kjer so športniki izvajali treninge individualno. Nadaljevalo se je obdobje fizičnih priprav po individualnih programih. Prvi treningi so se v novi sezoni odvijali v Planici, štart trening za eksplozivnosti in odziva športnikov na štartu. Snežni treningi so se nadaljevali na ledeniku Hintertux, Kaunertal in Passo Stelvio. Pogoji v obdobju so bili idealni in je zato bila realizacija treningov zelo uspešna. Na treninge se v novi sezoni športniki odzivajo skupinsko in je tako delo, rezultati dela in podpora na višjem nivoju.

##### **ČLANSKA REPREZENTANCA – PROSTI SLOG**

Sezono smo začeli s treningi v Les 2 Alps, nadaljevali v Planici v snežnem tunelu, kjer treninge izvajamo v času, ko so bližnji ledeniki še zaprti / trening prostega sloga – drsenje po ceveh. V pripravljalnem obdobju sezone smo opravili večkrat tedensko delavnice za moč in organizirali vadbo na ponjavah, gimnastiko in atletiko. S športniki je bila opremljena tudi meritev na FŠ ter v športnem centru

Vigor. Nadaljevali smo s treningi za moč, core športnikov. Organizirali smo tudi različne delavnice o prehrani, fizioterapiji in psihologiji. Po indoor treningih se je ekipa odpravila na trening v Banger Park – skoki na zračno blazino v Scharnitz-u, katere smo navezali na trening na snegu na ledeniku. Nadaljevnje treningov se je izvajalo na zračni blazini s kombinacijo snežnih treningov (Hintertux / Scharnitz). Pri povratkih v domov, so se treningi dopolnjevali z dersenjem po ceveh v Planici. V koncu oktobra smo z ekipo imeli priprave na tekmovanje za svetovni pokal v Chur-u / Švica, za kar so se treningi izvajali v Saas Fee-ju v snežnem parku in kombinacijo treningov v Banger Parku na zračnih blazinah. V začetku meseca novembra smo izvedli dve tekmi v sloveniji v NC Planica (Boarder cross in rail session).

### **3. Realizacija zastavljenih ciljev**

Glavni tekmovalni cilji članskih reprezentanc v sezoni 2022/2023 so bili:

- **Skupni seštevek svetovnega pokala**
  - **1 x uvrstitev do 3 mesta – ni dosežen**
  - **2 x uvrstitev do 10 mesta - delno dosežen (1x)**
  - **3 x uvrstitev do 16 mesta – je dosežen**
  
- **Svetovni pokal in ostala tekmovanja v posameznih disciplinah**
  - **3 x uvrstitev do 3 mesta – je dosežen**
  - **5 x uvrstitev do 10 mesta – je dosežen**
  - **8 x uvrstitev do 16 mesta – je dosežen**

Glavni tekmovalni cilji mladinskih reprezentanc v sezoni 2020/2021 so bili:

- **Skupni seštevek Evropskega pokala**
  - **1 x uvrstitev do 3 mesta – ni dosežen**
  - **2 x uvrstitev do 10 mesta – ni dosežen**
  - **2 x uvrstitev do 16 mesta – delno dosežen (1x)**
  
- **Evropski pokal in ostala tekmovanja v posameznih disciplinah**
  - **2 x uvrstitev do 3 mesta – je dosežen**
  - **5 x uvrstitev do 10 mesta – je dosežen**
  - **8 x uvrstitev do 16 mesta – je dosežen**

Tekmovalna sezona 2022/2023 je bila tako v članski kot tudi mladinski konkurenci v zaključku sezone uspešna.