

# LETNA POROČILA MLADINSKI PROGRAM 2023 / 2024

## LETNO POROČILO O DELU ZA SEZONO 2023/2024

### MLADINSKI/PROGRAM FIS tekmovanja

#### 1.1 Strokovno vodstvo:

	ime in priimek	ekipa
Vodja programa	BOŠTJAN ANDERLIČ	
Trener medregija	CEFERIN BRANE	CEN
	PODLIPNIK JURE	ZAH
	ROBERT ZAN	ZAH
	BOKAL NATASA	ZAH
	KOMPAN JERA	VZH
	ČAS JURE	VZH
	BREZNIK JAN	VZH
	RUPNIK MATEVZ	NPR
kondicija	ANDREJ LUKEŽIČ	

#### 2. Realizacija načrtovanega programa

datum	Plan priprav in tekmovanj	Načrtovano število dni	Realiziran kraj treninga	Realizirano število dni
Avgust	TEST iron man		Postojna	
september	Test iron man		Postojna	
November	Tekmovanja FIS/ Priprave YOG		LTU	
November	Treningi Tekmovanja NJR		Pass Thurn AUT	
December	Treningi tekmovanja FIS		SLOVENIJA	
Januar	Treningi tekmovanja FIS		Slovenija	
Januar	YOG 2024		Gangwon KOR	
januar	MSP		Savoi FRA	
Februar	EC tekmovanje		Maribor SLO	
februar	Treningi tekmovanja FIS		Slovenija	
Marec	Tekmovanje WC		Kranjska Gora	
Marec, april	Tekmovanja FIS-NC		SLO-AUT	

## 2. 1 realizacija

### **PRIPRAVLJALNO OBDOBJE:**

Tekmovalci so se posvetili individualni kondicijski pripravi ter šoli.

Snežni pogoji na bližnjih ledenikih so bili zelo slabi in so bili zaprti. Deloval je samo v SUI. Reprerantanca A in vodja reprezentanc pomagal s tereni in možnostjo treninga medregijskih ekip v SUI

Test IRON MAN za vse mladince(avg., sep.)

Skupni kondi kamp kot priprava za YOG– povabljenih 15 tekmovalcev(sep.)

Organizirale so se ekipe za prve FIS-NJR tekme. C+regija.

### **TEKMOVALNO OBDOBJE:**

decembru zaradi slabih snežnih pogojev ni bilo organiziranih FIS tekem v Sloveniji.

Od januarja do marca smo izpeljali zelo malo tekem FIS. Nismo izkoristili pogojev WC in EC tekmovalnj.

Tekmovalnja niso bila izvedena na smučiščih s slabšimi pogoji v tej zimi(Cerkno, Stari Vrh, Črna, Celjska koča, Soriska planina)

NC-NJC 2024 v vseh disciplinah(SL, GS, SG, AC, DH) je planirano na Peci AUT

YOG 2024 Gangwon-KOR izveden januar 2024

MSP 2024 Savoï FRA– realiziran v klasični obliki in vse discipline.

## 3. Ocena

V sezoni 23/24 nismo nadaljevali in nadgradili ženske/moške mladinske C ekipe, s polnim programom, kar se je izkazalo za neuspešno in z manjšim napredkom mladih tekmovalcev. Poiskati način za združevanje mladih perspektivnih tekmovalk/cev in jim nuditi širino smučarskega znanja kar pričakuje nivo EC in WC.

Na nivoju regij je delovalo 10 klubskih ekip, ki se povezujejo med seboj in lahko rečem da so tako v pripravljalnem kot tudi tekmovalnem delu sezone sodelovali ter se povezovali.

Organizacija tekmovalnj v SLO je najboljša možnost za domače tekmovalce. V tej sezoni je bila kvaliteta tekmovalnj na zelo visokem nivoju. Izvedenih je bilo malo tekem zaradi pomanjkanja snega.

Na vseh FIS tekmovalnjih v SLO smo imeli TCM(sestanev trenerjev) in žrebanje ON-LINE

FIS tekmovalnja so bila izvedena na visokem nivoju. Močno se je povečalo število tekmovalk na SLO FIS tekmovalnjih in predvsem se je izboljšal minimalni pribitek za tekmovalke in tekmovalce.

V tej sezoni nismo izkoristili vsa 3 velika tekmovalnja(WC ZLATA LISICA, WC VITRANC in EC Pohorje) da bi v terminu takoj za njimi organizirali FIS tekme ter vsem mladim omogočili trening in tekme na WC-EC pogojih(preparacija z vodo, konfiguracija terena)

Ker pogoji za izvedbo NJC tekem v Kranjski Gori niso bili primerni selimo tekmovalnja v AUT-Petzen

Na FIS tekmah je opaziti, da je nivo tekem v SLO visok z odlično mednarodno udeležbo. Tako so tudi prismočane FIS točke tekmovalcev zelo realne. Na vseh tekmah je bilo možno doseči minimum.

Tekmovalci praviloma niso izboljšali svojih točk na domačih tekmah.

## 4. Sodelovanje z zunanjimi sodelavci

- poudaril bi zelo dobro sodelovanje s kondicijskim trenerjem- Andrej Lukežič
- pohvalil bi večino regijskih trenerjev za korektno sodelovanje in pomoč tako na pripravi kot pri izvedbi FIS tekmovalnj v SLO.
- zelo dobro so trenerji delovali na skupnem projektu YOG 2024 v Koreji
- potrebovali bi kontakt oz. pomoč v primeru poškodb za nereprerantante(dr., fizio)
- napredek pri časomerilcih v Sloveniji (live timing itd.) zato bi potrebovali »hišico ali kontejner«, ki bi ga lahko prenašali, da bi bil v cilju. Tako bi lahko uporabljali računalnik.
- Osebo timing, ki bi nadzirala oz. vodila obdelavo podatkov.
- zahvala nekaterim upravljalcem smučišč za dobro sodelovanje v težkih razmerah: KRANJSKA GORA, ROGLA, STARI VRH, SORISKA PLANINA, PETZEN AUT

## 5. Izhodišča za pripravo načrta

- ohraniti mladinske ekipe ter pokazati odprta vrata vsem, ki prihajajo iz otroškega programa. S tem obdržimo večje število tekmovalcev in ne izgubimo kakšnega izrednega talenta.

- v REPREZANTANCO vključiti perspektivne tekmovalce, ki po strokovni oceni trenerjev kažejo primerno pripravljenost ter široko smučarsko znanje kar omogoča kvaliteten napredek ob dobrih pogojih za delo.
- nameniti sredstva klubskim ekipam, ki so opora, most do reprezentanc.
- sredstva in strokovno pomoč organizatorjem tekem (nekateri imajo dobre delovne ekipe in veliko volje), ob strokovnem vodenju lahko izvedejo katerokoli tekmovanje.
- panožni športni center Slovenije kjer bo baza za:
  - kondicijsko pripravo (B, C, medregijske) ekipe
  - izboljšati oporo tekmovalcem ob vračanju po poškodbah
  - v času tek. Sezone za priprave v visoki turistični sezoni
  - pomoč pri šolskih obveznostih (sporazum SZS in športna šola o sodelovanju on-line), možnost šolanja na daljavo.
    - skupne priprave na snegu ter delo v homogenih skupinah (znanje, uspešnost)
- POLIGONI za izvajanje priprav na različnih preparacijah in konfiguraciji
- ENOTEN načrt koledarja SLO FIS tekem, ki odgovarja začrtanim ciljem.
- na reprezentančne mladinske treninge vključevati najboljše U16 tekmovalce
- na FIS tekmovanja kot predtekmovalce vabiti najboljše U16
- program dela z mladimi okrepiti s kadrom in pogoji
- tekmovanja FIS v SLO potrebujejo strokovno vodenje in opremo za izvedbo. V sosednjih državah to počne manjša profesionalna ekipa ljudi ob organizatorju.

#### Od klubskih sredin prejeta poročila :

#### **SD NOV - Brane Ceferin in ASK TRG - Jure Podlipnik.**

Manjkajo poročila od ASK KRG - Rober Žan, SK APT - Bokal Nataša, ASK BRM - Breznik Jan, SK CE - Jure Čas, NPR - Rupnik Matevž, SK ČRN - Jera Kompan.

Poziv z formularjem za poročila poslan 1.3.2024 z rokom oddaje poročil do 20.3.2024.

## MLADINSKI PROGRAM -SD Novinar-

### 1.1 Strokovno vodstvo:

	ime in priimek	vloga zunanjega sodelavca
Odgovorni trener	<b>Brane Ceferin</b>	
Trener	<b>Gregor Pintarič</b>	
Kondicijski trener:	<b>Gašper Kristan</b>	

Ime in priimek	Leto rojstva	Društvo/klub	status	cilj	realizacija	Opomba
<b>Alina Leskovec</b>	<b>2006</b>	NOV	C			
<b>Nina Verderber</b>	<b>2005</b>	NOV				
<b>Svetličič Miha</b>	<b>2004</b>	NOV	C			
<b>Svetličič Matevž</b>	<b>2005</b>	NOV				
<b>Gmajnar Luka</b>	<b>2006</b>	NOV	C			
<b>Mencinger Matej</b>	<b>2005</b>	NOV	C			
<b>Kobe Amadej</b>	<b>2005</b>	NOV				
<b>Simončil Jan</b>	<b>2005</b>	NOV				
<b>Šmuc Maks</b>	<b>2005</b>	NOV				

## 2. Realizacija načrtovanega programa

Mezocikel / datum	Načrtovan kraj treninga	Načrtovano število dni	Realiziran kraj treninga	Realizirano število dni
Maj 26.4.-15.5.	AUT	10	Tux	3
Avgust 8.-30.8.	Cervinia	12	Cervinia	9
September 1.-30.9.	Zermatt	12	Zermatt	6
Oktober 1.-31.10.	Zermatt Peer	12	Zermatt Peer	11
November 1.-30.11.	Skandinavija	12	Geilo	16
December 1. 31.12.	SLO AUT ITA	15	AUT ITA POL	18
Januar 1.-31.1.	SLO AUT ITA	20	AUT ITA BIH SLO	23
Februar 1.-29.2.	ITA AUT SLO	16	AUT ITA SLO BIH	18
Marec 1.-19.3.	SLO AUT ITA	12	AUT ITA SLO	13
<b>SKUPAJ</b>		<b>121</b>		<b>117</b>

### 2. 1 Opis realizacije

#### PRIPRAVLJALNO OBDOBJE:

Vadba in korekcija tehnike smučanja v prostem smučanju. Nekaj izpada dni zaradi neugodnih vremenskih razmer

Prehod na postavitve, sprva lažje, kasneje se je stopnja zahtevnosti povečevala. Prav tako postopno povečevanje zahtevnosti z vidika konfiguracije. V Zermattu zaradi slabega vremena nismo smučali 4 dni. V dvorani je bilo z vidika pogojev vse ok. Zaradi pretoplega vremena v Evropi smo se odločili za zgoden odhod v Skandinavijo, ker je bil sicer mraz in tudi zima, je pa dober trening motilo pogosto sneženje-pogosto mehka snežna površina.

Vadba v različno preparirani snežni površini (ledeniki naraven sneg, dvorana polito, Skandinavija umeten sneg in z vodo utrjen sneg

Vadba SL, VSL in SG skozi postavitve.

#### TEKMOVALNO OBDOBJE:

Tekmovati smo začeli začetek decembra, je bilo pa zaradi veliko odpovedanih tekem in nizkih kvot, težko dobiti mesto na tekmi. Zaradi spreminjajočih se razmer je bilo težko ujeti tekmo z dobrimi tekmovalnimi pogoji (visoke štartne številke in velikokrat slaba-mehka snežna površina). Skozi januar, februar in marec smo kombinirali treninge in tekmovanja. Januar je bil z obeh vidikov najboljši mesec, kasneje pa je bilo zaradi visokih temperatur težko organizirati dober trening in še težje ujeti tekmo s trdo podlago.

Ocenjujem da je bila ekipa večkrat zelo dobro pripravljena na tekme ki naj bi sledile, pa so bile kasneje te večkrat odpovedane ali pa so bile razmere na tekmi slabe. V sezoni smo na ta način izgubili veliko energije, prekinjala se je rdeča nit treningi-tekmovanja, z vidika racionalizacije stroškov pa smo veliko časa preživeli v vozilih.

Tako slabe zime v trenerski karieri ne pomnim.

### 3. Realizacija rezultatskih ciljev

Vsi tekmovalci so v pripravljalnem obdobju fizično napredovali, tekom smučarskega dela sezone pa tudi tehnično in taktično. Ima pa vsak od njih svoje težave s čimer se dnevno ukvarja na smučarskih treningih. Vsi tekmovalci so izboljšali FIS točke v SL in VSL, tekem hitrih disciplin pa do danes nismo ujeli (veliko odpovedi in nezmožnost izvesti tovrstne treninge)

vrsta cilja	načrtovani cilj	realizacija cilja
Vsi člani ekipe so mladinci	Po logiki razmer kriterij za C ekipo in napredovanje iz klubske/regijske sredine v reprezentančno	Do današnjega dni nihče nima C kriterija

### 3.1 Realizacija individualnih rezultatskih ciljev

ime in priimek	načrtovani cilj	realizacija cilja	Realizacija (Da/Ne)
Alina Leskovec	Vrnitev po poškodbi	da	da
Verderber Nina	Izboljšati tehnično, taktično znanje	da	da
Svetličič Miha	C kriterij	ne	ne
Mencinger Matej	C kriterij	ne	ne
Gmajnar Luka	C kriterij	ne	ne
Kobe Amadej	C kriterij	ne	ne
Svetličič Matevž	C kriterij	ne	ne
Simončič Jan	C kriterij	ne	ne
Maks Šmuc	Izboljšanje tehničn taktičnega znanja	da	da

### 3.2 . Ocena posameznikov

Alina Leskovec-je v fazi vračanja po poškodbi ki se je zgodila januarja 2023. Na smuči je ponovno stopila sredi novembra. Postopno si ponovno pridobiva samozavest. Na lažjih terenih in dobrih snežnih razmerah že solidno funkcionira. Potreben bo čas in kilometrina.

Nina Verderber-s tekmovalnim smučanjem je začela relativno pozno, tako da se ji pozna manjko osnovne smučarske motorike. Je zavzeta in je zato na začetku relativno hitro napredovala, nakar se je zaradi nizke hitrostne bariere napredek upočasnili.

Svetličič Miha-je zavzet in motiviran za nadaljni smučarski napredek. Za večjo rezultatsko uspešnost bo potrebno povečati stopnjo tveganja in brezkompromisnost v prvih vožnjah, tako na treningih kot tekmovanjih. Ima še precej prostora za napredek.

Mencinger Matej-zelo osredotočen in motiviran, z dobrimi fizičnimi predispozicijami in tudi sicer telesno dobro pripravljen. Zelo dobro se znajde v trdih, ledenih podlagah, bistveno slabše v mehkih razmerah, tako da mu letošnje razmere nikakor ne gredo na roko (mogoče v takih razmerah tudi oprema ki jo uporablja ne deluje najbolje??). Ima veliko poguma in kratek zavoj, bo pa potrebno za več stabilnosti in konstantnosti v vožnjah nekoliko izboljšati osnovni položaj na smučeh.

Gmajnar Luka-zelo motiviran, osredotočen in fizično dobro pripravljen tekmovalec. Ocenjujem da bi si glede na fizično moč in tehnično znanje, lahko v nastopih privoščil še več tveganja. Konstanto napreduje in ima še kar nekaj prostora za napredek.

Kobe Amadej-je motiviran, osredotočen in fizično solidno pripravljen za smučarske obremenitve.

Bistveno bližje kot slalom, sta mu veleslalom in super g. Zelo dobro se znajde v trdih, ledenih podlagah, slabše pa v mehkih razmerah. Za boljši izkoristek materiala bo potrebno težišče premakniti še nekoliko bolj naprej. Tako smučarsko kot fizično lahko še precej napreduje.

Simončič Jan-izrazit tekmovalec, neustrašen, z dobrim uvodnim nagibom ter kratkim zavojem. Da bi izkoristil ves prej omenjen potencial pa mu primanjkuje zlasti fizične moči. Ob pogoju da se fizično okrepi, Ima velik tekmovalni potencial.

Svetličič Matevž-zanj velja zelo podobno kot za Jana. Gre za fanta z zelo dobrimi motoričnimi sposobnostmi, veliko si upa, ima kratek zavoj, hkrati pa zaradi manj (premalo) moči vsega skupaj ne zdrži in posledično veliko greši (odstopi). Je tudi po naravni poti nekoliko manj fizično razvit kot sovrstniki (trenutno ima 68 kg), zato mu bo s tega vidika vsako leto lažje. Prepričan sem, da bo s karakteristikami ki jih premore, še zelo napredoval!

Šmuc Maks-zelo delaven in napredka željan fant. Za zahteve tekmovalnega smučanja pa je žal nekoliko preveč nežen. Smuča zelo lepo, šolsko, ampak predolge linije in z premalo energije. Bo pa lahko zelo dober učitelj smučanja.

### 4. Poškodbe

Na srečo zaenkrat nič težjega in resnega.

# MLADINSKI PROGRAM -ASK Triglav Kranj-

## 1. Vodstvo in sestava ekipe

	ime in priimek	vloga zunanjega sodelavca				
Odgovorni trener	Jure Podlipnik					
<b>Ime in priimek</b>	<b>Leto rojstva</b>	<b>Društvo/klub</b>	<b>Status</b>	<b>Cilj</b>	<b>Realizacija</b>	<b>Opomba</b>
Gal Reck	2005	ASK Triglav Kranj		FIS točke	DA	
Tia Stojanovič	2005	ASK Triglav Kranj		FIS točke	DA	
Zarja Tekalec	2006	ASK Triglav Kranj		FIS točke	DA	
Manca Dolinar	2007	SK Poljane		FIS točke	DA	

## 2. Realizacija načrtovanega programa

Mezocikel / datum	Načrtovan kraj treninga	Načrtovano število dni	Realiziran kraj treninga	Realizirano število dni
maj	Hintertux	6	Hintertux	4
junij	Hintertux	12	Hintertux	11
avgust	Hintertux, Litva (dvorana)	10	Hintertux, Litva	9
september	Hintertux, Stelvio	8	Stelvio	2
oktober	Litva, Hintertux	14	Litva, Hintertux	14
november	Hintertux, Pass Thurn	14	Hintertux, Pass Thurn Monte Croce	11
december	SLO, AVT, ITA	18	AVS, ITA	19
januar	SLO, AVT, ITA	18	SLO, AVT, ITA	18
februar	SLO, AVT, ITA	17	SLO, AVT	15
marec	SLO, AVT, ITA	18	SLO, AVT, ITA	11 do 20.3.2024
april	SLO, AVT, ITA	6		
<b>SKUPAJ</b>		<b>141</b>		<b>Do 20.3.2024 114</b>

### 2. 1 Opis realizacije

(opis po obdobjih v smislu katere vsebine so bile izvedene, ocena in realizacija vsebinskega cilja)

#### PRIPRAVLJALNO OBDOBJE:

Z ekipo mladincev ASK Triglav Kranj sem pričel delati v začetku meseca maja. V maju in juniju smo opravili 15 dni na snegu. Treningi so bili namenjeni testiranju nove opreme in treningu tehnike. 80% treninga je bila namenjena prostemu smučanju in izvajanju korekcijskih vaj, 20% smo imeli lažje – osnovne postavitve veleslalom. V mesecu avgustu smo izkoristili dobre razmere na ledeniku, kjer smo opravili 4 dni treninga, kasneje pa še 5 dnevni trening slaloma v dvorani. Septembra nismo uspeli realizirati treninga, ker so bile razmere na ledenikih slabe. Na koncu pripravljalnega obdobja smo smučali na ledeniku in kasneje tudi na nižje ležečih smučiščih v Avstriji in Italiji. Glede na slabe snežne razmere v tem obdobju sem z realizacijo treninga v smislu števila dni zadovoljen. Malo manj sreče smo imeli pri kakovosti

snežnih dni (vremenske razmere, slaba snežna podlaga,...). Vsebinsko gledano smo v začetku pripravljalnega obdobja veliko časa namenili prostemu smučanju, korekcijskimi vajami, vaje koordinacije. Sredina in konec pripravljalnega obdobja so bili slabi pogoji in posledično smo naredili manj veleslalomskega treninga v postavitvah. Prav tako superG treninga nismo izvedli.

#### **TEKMOVALNO OBDOBJE:**

Tekmovalno obdobje smo pričeli že v mesecu oktobru, ko smo nastopili na SL tekmah v dvorani – Litva. Kasneje smo tekmovali večinoma v Avstriji, saj so pri nas tekme zaradi pomankanja snega odpovedali. V tem obdobju smo imeli veliko težav pri organizaciji in izvedbi tako treningov kot tekem. Trenutno sezona še poteka, čaka nas še DP in mogoče kakšne tekme v tujini. V naslednji točki so le delni rezultatski cilji in njihova realizacija.

#### **3. Realizacija individualnih rezultatskih ciljev**

<b>ime in priimek</b>	<b>načrtovani cilj</b>	<b>realizacija cilja</b>	<b>Realizacija (Da/Ne)</b>
<b>Gal Recek</b>	Popraviti FIS točke SL 67,69 GS 93,78	SL 54,65 GS 52,11	DA DA
<b>Tia Stojanovič</b>	SL 120,30 GS 150	SL 83,35 GS 127,67	DA DA
<b>Zarja Tekalec</b>	SL 126,29 GS 86,17	SL 71,61 GS 78,66	DA DA
<b>Manca Dolinar</b>	SL / GS /	SL 68,96 GS 94,86	DA DA

#### **3.1 . Ocena posameznikov**

Oceno posameznika naredim po končani sezoni.

#### **4. Poškodbe ( bolezn in druge odsotnosti) .**

BP