

SMUČARSKA ZVEZA SLOVENIJE –

Ljubljana, 15. 4. 2025

Združenje smučarskih panog

Odbor panoge za tek na smučeh

Strokovni svet

Z A P I S N I K

18. redne seje Strokovnega sveta panoge za tek na smučeh, ki je potekala v torek, 15. 4. 2025, v prostorih Osnovne šole Antona Tomaža Linhartaradovljica.

Pričetek seje: ob 18.08

Zaključek seje: ob 20.45

Prisotni člani z glasovalno pravico: Rok Šolar, Ola Vigen Hattestad, Rok Grilc, Eva Sever Rus, Anže Obreza, Luka Gostinčar (od 18.35), Janez Štern, Domen Potočnik, Ivan Hudač in Tomaž Verdnik.

Ostali prisotni: Erik Raduha– ND Rateče Planica, Blaž Debeljak – SD Bohinj, Andrej Špelič – TSK Triglav Kranj, Aleš Gregorič – SK Ihan, Aleš Gros – SKIKE Klub Slovenija, Vinko Poklukar – TSK Bled, Marko Gracer – NC ŠD Bloke, Aleksander Lavrič Pregelj – NC ŠD Bloke, Uroš Godina – TSK Logatec, Jure Petek – NŠD Medvode, Ana Štern – ŠD Oktan, Uroš Kepic – predsednik panoge, Tadeja Brankovič – strokovna sodelavka panoge (od 18.40), Nejc Brodar – SZS.

Ad 1 Ugotovitev navzočnosti in potrditev dnevnega reda

R. Šolar je pojasnil, da je na seji prisotnih devet članov strokovnega sveta z glasovalno pravico. Seja je sklepčna.

Predlagani dnevni red / Agenda:

1. Ugotovitev navzočnosti in potrditev dnevnega reda.
Determination of attendance and confirmation of the agenda.
2. Pregled in potrditev zapisnika 14. redne seje ter 15., 16. in 17. korespondenčne seje.

Review and approval of the minutes of the 14th regular meeting and the 15th, 16th and 17th correspondence meetings.

3. Poročila ekip za sezono 2024/2025.

Team reports for the 2024/2025 season.

4. Predlogi ekip za sezono 2025/2026.

Team proposals for the 2025/2026 season.

5. Predstavitev koncepta dela in testiranj v smučarskih tekih.

Work concept in CC skiing and tests.

6. Razno.

Misc.

SKLEP ŠT. 59: Sprejme se predlagani dnevni red 18. redne seje Strokovnega sveta panoge za tek na smučeh.

ZA: 9

PROTI: 0

VZDRŽAN: 0

Ad 2 Pregled in potrditev zapisnika 14. redne seje ter 15., 16. in 17. korespondenčne seje

Na zapisnike prisotni niso imeli pripomb.

Sprejet je bil

SKLEP ŠT. 60: Zapisnik 14. redne seje ter 15., 16. in 17. korespondenčne seje Strokovnega sveta se potrdi.

ZA: 9

PROTI: 0

VZDRŽAN: 0

Ad 3 Poročila ekip za sezono 2024/2025

R. Šolar je predlagal, da poročil ne bomo prebirali, temveč projicirali na ekran. Prisotne je pozval k razpravi.

O. V. Hattestad je dodatno pojasnil, da je ekipa do zime delovala skupaj z ekipo U23, na začetku zime pa sta se zaradi različnih nivojev tekmovanj ekipi ločili.

A. L. Preglja je zanimalo, zakaj je toliko bolni. Zanima ga, kaj se bo naredilo v tej smeri, da bo situacija boljša.

R. Šolar je pojasnil, da je zdravnica ekipe pripravila protokol.

O. V. Hattestad je pojasnil, da sta bila boleznim bolj podvržena dva športnika. Ostali so sezono prestali v mejah normale. V načrtu je še dodaten protokol za naslednjo sezono. Pojasnil je, da je podobno stanje v vseh ekipah.

U. Kepic je pojasnil, da je bil pred sezono pripravljen protokol za te primere.

V. Poklukar je pojasnil, da je bil nad rezultati in odnosom športnic U23 razočaran.

R. Šolar se je strinjal, da rezultati deklet niso bili v skladu s pričakovanji. Meni, da bodo morale v prihodnji sezoni spremeniti pristop.

M. Gracer je pojasnil, da je L. Medja v preteklosti dosegala veliko boljše rezultate, prav tako T. Janežič.

E. Sever Rus je pojasnila, da so v poročilu podatki o opravljenih urah vzeti iz dnevnika. L. Medja je bila celo sezono veliko bolna. To je glavni razlog za izpad treninga, predvsem konstantnega.

Ob 18.35 se je seji pridružil L. Gostinčar. Na seji je prisotnih deset članov Strokovnega sveta z glasovalno pravico.

Glede pomanjkljivosti tehničnega znanja ekipe U20 je L. Gostinčarja zanimalo, kako lahko k izboljšanju doprinesejo v klubih.

R. Šolar je pojasnil, da je to proces, s katerim je potrebno začeti že pri 15 ali 16 letnikih. Poudarek pri treningu tehnike bi moral biti še večji in v klubih čim bolj poenoten. V trening je potrebno vključevati več specifične moči.

M. Gracer je predlagal bolj individualni pristop k treningu, saj se športniki zelo razlikujejo že v isti starostni kategoriji. Potrebno je doreči metodiko prenosa informacij trenerjem.

J. Štern je pojasnil, da smo se o tem že pogovarjali in pripravljali materiale za skupen dokument.

R. Šolar je pojasnil, da je podoben dokument pripravljen in po predstavljen v nadaljevanju seje.

Ekipa U18 je delovala bolj kot selekcijska ekipa. Večina dnevnih treningov je bila opravljena skupaj s klubskimi trenerji, priprave pa je izpeljal A. Obreza.

O. V. Hattestad je povzel delo servisa v pretekli sezoni. 7 krat smuči niso bile idealne, 17 krat smo imeli povprečne smuči, 15 krat pa smo imeli zelo dobre smuči.

R. Grilc je pojasnil, da so bile smuči na COC tekmovanjih zelo dobre.

O. V. Hattestad je glede rezultatov na razdalji pojasnil, da ima večina tekmovalcev možnost napredka tudi na razdalji. Nekateri so več pozornosti namenili sprintu in temu primerni so rezultati.

A. Gros je pojasnil, da letos servis na SP v Trondheimu ni bil konkurenčen. Predlaga, da se vključi slovenskega serviserja.

Sprejet je bil

SKLEP ŠT. 61: Strokovni svet sprejema poročila o delu ekip za sezono 2024/2025.

ZA: 10

PROTI: 0

VZDRŽAN: 0

Ad 4 Predlogi ekip za sezono 2025/2026

R. Šolar je predstavil predloge ekip. V ekipah so športniki, ki so izpolnili vsaj enega od kriterijev. Ekipe bo potrjeval Strokovni svet na naslednji seji.

Članska ekipa

1. Anja Mandelj TSK Triglav Kranj 1999 – A kriterij
2. Eva Urevc SD Gorje 1995 – A kriterij
3. Miha Šimenc TSK Logatec 1995 – A kriterij
4. Nejc Štern SD Oktan 2003 – A kriterij
5. Vili Črv ND Rateče - Planica 1999 – A kriterij
6. Miha Ličef SD Gorje 1997 – B kriterij
7. Valerij Gontar NSD Medvode 1993 – B kriterij

U23 ekipa

1. Bor Petrovič, 2005, ND Rateče – Planica – A kriterij,
2. Tia Janežič, 2004, TSK Jub Dol – B kriterij,
3. Lucija Medja, 2004, TSK Bled – B kriterij.

Ekipa U20, ki je priključena v trenažno skupino U23:

4. Lovrenc Karničar 2006, TSK Triglav Kranj, A kriterij za ekipo U20
5. Philip Lavrič Pregelj, 2006, ŠD NC Bloke, B kriterij za ekipo U20
6. Živa Melihen 2006, ND Rateče – Planica, B kriterij za ekipo U20

Mladinska ekipa

1. Tine Šporn TSK Jub Dol 2007 A kriterij
2. Ažbe Tičar TSK Jub Dol 2008 B kriterij
3. Zala Zupan NŠD Medvode 2007 A kriterij
4. Ula Kuhar TSK Jub Dol 2008 A kriterij
5. Mija Kastelec NŠD Medvode 2008 B kriterij

Perspektivna ekipa

Perspektivno ekipo do 18 let sestavlja najboljših 6 po SLO točkah. Perspektivno ekipo do 16 let sestavlja najboljših 6 - 8 po SLO točkah.

Aleš Gros je pojasnil, da v članski ekipi pogreša Anžeta Grosa. Meni, da je na tekmah bolje nastopal, ko ga je treniral sam. V zadnjih dveh sezonah je rezultatsko nazadoval. Zanima ga, kaj se dogaja. Je pa res, da je za B normo zaostal le 76 stotink. Predlaga, da se mu omogoči status.

O. V. Hattestad je pojasnil, da z Anžetom še ni delala analize za preteklo sezono. Mnenje bo podal po tem.

V. Poklukarja je zanimalo, kaj bo s športniki, ki se ne držijo dogovorjenih obveznosti.

R. Šolar je pojasnil, da bodo sprejeti naslednji ukrepi:

- vsem članom članske, U23 in mladinske ekipe je obvezno pisanje dnevnika BESTR, udeležba na vseh planiranih testiranjih (terenskih in laboratorijskih) in na s trenerji dogovorjenih tekmovanjih; tudi DP.
- tekmovalec, ki se ne drži dogovorjenih obveznostih, je po 1. opozorilu izključen iz ekipe. Ekipi se priključi, ko na tekmovanjih doseže kriterij za uvrstitev na tekmovanje (COC, SPP).
- trenerji pripravijo letni program dela in redno pišejo plan treninga v BESTR ter spremljajo realizacijo.
- članom perspektivnih ekip priporočamo pisanje dnevnika BESTR.

I. Hudač je po razpravi pojasnil, da imamo na koncu pri vseh ekipah bistveno, da je v ospredju rezultat, ki je posledica dobrega dela, zato je pomembna pot s katero dosežemo ta rezultat. Bistvo je, kaj nam primanjkuje pri tekmovalcih, kaj nam manjka. Posledično je potrebno športnike naučiti pogledati se v ogledalo. Naša naloga pa je, da jih pri tem usmerjamo.

Ad 5 Predstavitev koncepta dela in testiranj v smučarskih tekih

R. Šolar je pojasnil, da je pripravljen koncept dela, povzet po švicarskem modelu. Prisotni ga bodo prejeli in naproša za dopolnitve oziroma mnenja. Koncept je delno že prilagojen na naše okolje, razdeljen na štiri faze. Vsaka faza ima svoje značilnosti.

Testiranja se izvede se 2x letno (mesec junij in oktober).

Gorski tek Medvode:

- Trasa, ki se je uporabljala do sedaj,
- 1900 metrov za starostno skupino U16 in mlajše, ter 2500 metrov za starostno skupino U18 in starejše,

Stadionski testi:

- Aerobni test na 2400 metrov,
- Tek na 400 metrov z maksimalno hitrostjo ter
- test maksimalne obremenitve - Cooperjev test na 2400 metrov.

Ostali motorični testi:

- Troskok v daljino,
- Met medicine (3 in 5kg) v leži na hrbtu,
- Dvigi trupa (max št. pon. v 60"),
- Zgibi na drogu (max. št. pon. v 60"),
- Lahki spusti oz. skleki (max št. pon.).

Ad 6 Razno

R. Šolar je prisotne pozval za predloge v okviru priprave licenčnega seminarja. Zadnji podatki so bili zelo skopi.

Zapisal: Tomaž Verdnik

Rok Šolar l.r.

Predsednik

