

Panoga: Nordijsko smučanje – smučarski skoki in nordijska kombinacija

Poročilo o delu panoge za sezono 2024/2025

Skupščina SZS – september 2025

Realizacija programov - smučarski skoki

Vodstvo si je kot pglavitne cilje postavilo svetovno prvenstvo v Trondheimu, novoletno turnejo pri fantih, turnejo dveh večerov za ženske, finale svetovnega pokala v domači Planici in posamezna tekmovanja za svetovni pokal. Med tekmovanji so se ekipe držale ritma treninga obnove moči in specialne vadbe. Trenerji so bili neposredno prisotni s tekmovalci in tekmovalkami zaradi dviga motivacije že od pomladanskega dela sezone. Načrtovani programi so bili v celoti realizirani. Storilnost tekmovalnega in strokovnega kadra je bila v vseh ekipah na zelo visoki ravni.

Konkretna realizacija programov A moške reprezentance:

Realizirali so ves načrtovan program, ki so ga pripravili v pomladanskih mesecih. Skupaj je bilo izvedenih 7 skupnih priprav v obdobju od konca maja do konca oktobra. Vsi ostali treningi so bazirali na dnevni ravni. Rezultatski cilji so bili v večini realizirani. Eden pglavitnih ciljev je bil zadržati maksimalno kvoto tekmovalcev za nastop na tekmah svetovnega pokala. Glede števila skokov so se gibalili v planiranih okvirih.

Konkretna realizacija programov A ženske reprezentance:

Tekme svetovnega pokala so se v sezoni 2024-25 začele po ustaljenem ritmu preteklih sezon. Treningi pred začetkom tekmovanj so v večji meri potekali na ledeni smučini v Kranju in Planici.

Na koledarju za svetovni pokal je bilo 31 tekmovanj. Znotraj tekmovanj za svetovni pokal sta bili dve turneji (Two nights tour in Rawair). Poleg tekm svetovnega pokala v pretekli sezoni za dekleta ni bilo večjih tekmovanj. Drugič zapovrstjo je bilo izvedeno uradno tekmovanje za dekleta na letalnici (Vikersund), ki je šteloz za točke svetovnega pokala.

Konkretna realizacija programov B moške reprezentance:

V sezoni 2024-25 so v načrtu prevladovali dnevni treningi na domačih objektih in v bližnji okolici v tujini. Tekmovalci te ekipe so imeli troje daljših tehničnih priprav in sicer v Planici, Wisli ter Zakopanah. Prav tako so dva krat odpotovali na kondicijske priprave ob obali. Zaključni trening z vsemi ekipami na ledu so realizirali v Kranju in Planici konec oktobra in v začetku novembra.

Udeležili so se vseh tekem Celinskega pokala, tudi dveh vikendov tekem SGP v Wisli in Courchevelu, ter vikend FIS pokala v Beljaku v poletnem obdobju. V zimskem obdobju so se ravno tako udeležili vseh tekem celinskega in FIS pokala. Tekem in nivojev tekmovanj, ki so se jih letos udeležili je bilo resnično veliko, v nekaterih obdobjih preveč. Več je bilo poudarka na tekmah FIS pokala, preko katerega so fantje prehajali v Celinski pokal. Ocenjujemo, da so fantje kot posamezniki v veliki večini naredili napredek, izboljšali svoje najboljše rezultate na članskem nivoju tekmovanj, pa vendar ekipa kot celota ni zadovoljila. Le enkrat smo pridobili dodatno kvoto za nastop na svetovnem pokalu oz. poletni veliki nagradi, saj je bila kvota dosežena v zadnji zimski periodi. Tako smo skozi zimo ostali brez dodatnih kvot za tekmovanja svetovnega pokala, kar je pomenilo, da smo sicer nastopili z max. bazično kvoto, nismo pa pridobili t.i. ekstra kvot, ki jih tekmovalci lahko pridobijo skozi drugi rang tekmovanj. V pokalu narodov na nivoju Celinskega pokala nismo realizirali vseh načrtovanih ciljev. V primerjavi s preteklim letom je sicer na ravni COC nastopilo več tekmovalcev, pa vendarle še vedno manj kot pred nekaj leti. Prav tako je bilo število tekmovalcev, ki so osvojili točke večje kot preteklo leto, pa vendarle še vedno manjše kot v najboljših sezonah na tem nivoju tekmovanj.

Konkretna realizacija programov moške mladinske reprezentance – skupina DPNC 1:

Tekmovalci so s pripravami na sezono 2024/25 pričeli v aprilu. V tem obdobju se je izvajal trening stabilizacije telesa, gibljivosti, koordinacijskih oblik vzdržljivosti in regeneracije v obliki športnih iger. Ves trenažni proces je bil realiziran v skladu z načrtom. V majskem obdobju je bil poudarek na razvoju osnovnih gibalnih sposobnosti (koordinacija, gibljivost, hitrost in moč – repetitivna moč). S tehnično vadbo so pričeli konec meseca maja. Kasneje, v tekmovalnem obdobju, je bilo potrebno znotraj ekipe voditi več programov, saj so tekmovalci mladinske ekipe nastopali na treh različnih nivojih tekmovanj. Kot poglobitveni cilj so zastavili tekmovanja na mladinskem svetovnem prvenstvu v Lake Placidu.

Konkretna realizacija programov ženske mladinske reprezentance – skupina DPNC W:

Štart v sezono se je v pričel v skladu z načrtom dela, podobno kot je to bilo že v pretekli sezoni. Na prehodu iz poletne v zimsko sezono niso prekinjali z vadbo na skakalnici in so takoj v začetku novembra prešli iz keramične na ledeno smučino v Kranju.

Prve skoke na snegu so opravili v Planici, kjer je bilo realiziranih večino skokov na snežni podlagi. Majhen del treninga v januarju so opravili na skakalnici v Kranju. Udeležili so se vseh domačih tekmovanj za pokal Argeta. Tekmovali so na štirih nivojih mednarodnih tekmovanj. Število skokov, ki so jih opravili se giblje od 550 do 730, odvisno od števila tekmovanj, ki jih je posameznica skozi zimo imela. Skupaj so pozimi nastopile na 44 mednarodnih tekmovanjih v odvisnosti od kvalitete in nivoja posameznice. Kot osrednji cilj smo si zadali MSP v Lake Placidu.

Rezultatsko sezono ocenjujemo kot zelo uspešno na vseh ravneh.

Realizacija ciljev

Sezono 2024/2025 ocenjujemo za eno uspešnejših, ekipe so na tekmovanjih v pretekli sezoni dosegle naslednje vidne rezultate:

A ekipa moški:

Vrsta cilja	Načrtovani cilj	Realizacija cilja 2024/25
Svetovni pokal		
Posamezna uvrstitev	12x do 3. mesta	13x do 3. mesta
Ekipna uvrstitev	3x do 3. mesta	3x do 3. mesta
Pokal narodov	Do 4. mesta (4500 točk)	4. mesto (3892 točk)*
Skupna uvrstitev	1x do 6. mesta	4. mesto
	1x do 12 mesta	10. mesto
	1x do 20 mesta	16. mesto
	1x do 25 mesta	30. mesto
Svetovno prvenstvo Trondheim		
Ekipna uvrstitev	Medalja	1. mesto
Posamična uvrstitev	1x do 5. mesta	1. mesto
	1x do 8. mesta	4. mesto
	1x do 12. mesta	8. mesto
Novoletna turneja		
Skupna uvrstitev	1x do 6. mesta	10. mesto Anže Lanišek*
	1x do 12. mesta	21. mesto Domen Prevč*
Finale svetovnega pokala v Planici		
Posamična uvrstitev	1x do 3. mesta	2x 1. mesto in 2x 2. mest
Ekipna uvrstitev	3. mesto	3. mesto

A ekipa ženske:

Realizacija rezultatskih ciljev individualno in skupno WCL

Vrsta cilja	Načrtovani cilji	Realizacija cilja 24/25
Svetovno prvenstvo	1x do 3. mesta 1x do 8. mesta 1x do 15. mesta Ekipno do 3. mesta	2x 1. mesto 2x do 15. mesta Ekipno 4. mesto
Svetovni pokal individualno	6x do 3. mesta 6x do 6. mesta 6x do 10. mesta	22x do 3. mesta 7x do 6. mesta 3x do 10. mesta

Skupni seštevek svetovnega pokala	1x do 3. mesta 1x do 10. mesta 1x do 20. mesta 1x do 30. mesta	1. mesto (Nika P.) 9. mesto (Ema K.) 30. mesto (Taja B.)
Ekipna tekmovanja (super team)	1x do 3. mesta	1x 4. mesto
Pokal narodov	Do 3. mesta	4. mesto

Mladinska reprezentanca moški – skupina DPNC 1

Vrsta cilja	Načrtovani cilj	Realizacija sezona 2024/25
Celinski pokal	celotna sezona 2024/25	
	10 x do 30. mesta	24x poletje: 2x: 27., 30. (4-je nastopi – Jančar, Šimnic) zima: 22x: sk. 18. Jančar (308 t: 2., 2x6., 8. 10, ...), dodatna kvota za I. periodo SGP 2025/2026 Šimnic (36 t: 7x točke /9 nastopov)
Svetovno mladinsko prvenstvo	1 x do 6. mesta 1 x do 12. mesta 1 x 20. mesta 1 x do 30. mesta	4. Šimnic 6. Jančar 26. Faletič 47. Bergant S.
Ekipno	do 4. mesta do 3. mesta (najboljša zasedba)	2. mesto
Mix	do 4. mesta z orientacijo na medaljo	1. mesto
FESA pokal individualno	celotna sezona 2024/25 6 x do 3. mesta	6x: 2x1., 2., 2x3. Sk.: 2. Jančar, 6. Šimnic, 9. Faletič
	12 x od 4. do 6. mesta	10x
	15 x od 7. do 15. mesta	23x (10 tekmovalcev vsaj 1x do 15. mesta)

Smučarska zveza Slovenije – Združenje smučarskih panog, Podutiška cesta 146, 1000 Ljubljana

Matična številka: 5137888000. ID za DDV: SI 82837325.

IBAN: SI56 0292 4026 4589 125, odprt pri NLB d.d., SWIFT: LJBASIX.

Skupno	Skupno	
Pokal narodov	1 x do 3. mesta	2. mesto (fantje)

Mladinska reprezentanca ženske

Vrsta cilja	Načrtovani cilj	Realizacija cilja 2024/25
Svetovni pokal	Uvrstitev na tekmovanje, točke WC	DA 4 dekleta v točkah; 7 x točke
Interkontinentalni pokal	1 x do 3, 2 x do 6, 3 x do 10, 4 x do 15, 6 x do 25	DA 3 x 2.m 5 x 4.m 5 x do 6.m 12 x do 10.m
Alpski pokal	3 x do 3, 4 x do 6, 6 x do 10, 8 x do 20	DA 7 x 1.m. 4 x 2.m. 6 x 6.m. 13 x do 10.m.
MSP posamično Ekipno Mix	1 x do 6, 1 x do 10, 1 x do 20, 1 x do 30 do 4.m ekipno, do 4. m. mix (orientacija na medaljo na vseh tekmovanjih)	DA 3.mesto 4.mesto 12.mesto 20.mesto DA 2.mesto DA 1.mesto
OPA FESA igre Posamično Ekipno	1 x do 3.mesta 1 x 6..mesto; 1x do 3..mesta	DA 1.mesto 4.mesto 5.mesto DA 1.mesto

DPNC – skoki fantje in dekleta ostale skupine

Realizacija načrtovanega programa:

Ves trenažni proces je bil izveden v skladu z načrti. Večino programa je bilo izvedeno na domačih objektih, saj so pogoji za izvedbo treningov doma izredno dobri in primerljivi najboljšim nacijam na svetu.

Realizacija rezultatskih ciljev:

Vsi cilji so bili vezani na napredek v smislu gibalnih sposobnosti, tehnike in morfologije. V skladu s programom so izvajali osnovne gibalne in morfološke teste. Zadnji test pred počitnicami je bil izveden konec meseca junija, prvi razširjeni test pripravljenosti tekmovalcev pa v začetku meseca septembra. Od meseca oktobra 2024 pa do konca marca 2025 so izvajali dodatna testiranja na pritiskovni plošči (2x), vseskozi so spremljali stanje morfologije, gibljivosti in še nekatere osnovno gibalne pokazatelje.

Splošna ocena:

Sezona 2024-2025 se je za večino tekmovalcev iztekla na visoki rezultatski ravni. Vsi doseženi rezultati, predvsem pa napredek posameznikov v mladinski, kot tudi članski kategoriji so plod izredno dobrega sodelovanja klubskih in reprezentančnih trenerjev, predvsem pa sistematičnega dela, ki se v skupine DPNC vpeljuje že nekaj let. Kljub temu, da so cilji vezani zgolj na napredek na več različnih področjih, je potrebno omeniti izredno dobre rezultate tako na nivoju FESA Alpskega pokala, kot tudi FESA igrar in seveda drugih otroških in mladinskih tekmovanjih mednarodne ravni, od koder so se naši mladi tekmovalci ravno tako vračali z medaljami.

NORDIJSKA KOMBINACIJA A/B ekipa

Vodstvo je kot pglavitne cilje za sezono 2024-25 postavilo tekmovanja za svetovni pokal in tekmovanja celinskega pokala. Ker je ekipa mlada, najmlajša med vsemi ekipami na najvišji ravni, so deloma nastopili na tekmovanjih svetovnega pokala, deloma na tekmovanjih nižje ravni. V sezoni 2021-22 so premierno na najvišji oder stopile tudi nordijske kombinatorke, kar je bil razlog, da so cilji na v sezoni 2024-25 zastavljeni višje.

Realizacije načrtovanega programa A in B reprezentance v nordijski kombinaciji:

Število skokov in ur treninga v sezoni 2024/25 MOŠKI

	POLETJE do 15.10.2024 MOŠKI	OCTOBER	NOVEMBE R	DECEMBE R	JANUAR	FEBRUAR	MAREC	SUMA
SKOKI	330	25	50	50	55	40	30	570
SKUPNO ŠT. UR (brez ur treninga skokov)	346	57	53	55	50	50	55	666
TEKAŠKI DEL (ure)	277	46	46	48	43	42	48	550
MOČ (ure)	51	9	7	6	6	7	7	93
OSTALO (ure)	18	2		1	1	1		23

Število skokov in ur treninga v sezoni 2024/25 ŽENSKÉ

	POLETJE do 15.10.2024 ŽENSKÉ	OCTOBER	NOVEMBE R	DECEMBE R	JANUAR	FEBRUAR	MAREC	SUMA
SKOKI	330	25	50	50	55	40	20	560

SKUPNO ŠT. UR (brez ur treninga skokov)	308	50	48	50	50	45	45	596
TEKAŠKI DEL (ure)	239	39	41	42	42	37	38	478
MOČ (ure)	50	9	7	6	6	7	7	93
OSTALO (ure)	17	2		1	1	1		23

Realizacija ciljev:

Realizacija rezultatskih ciljev – NK A,B

Vrsta cilja	Načrtovani cilj	Realizacija poletje 2024/25
Grand Prix		
posamezno	1 x do 10. mesta	10x (2,2,3,4,6,7,8,8,9,10 Ž)
posamezno	3 x do 30. mesta	8x ((12,13,14,15 Ž),(20,21,22,24 M))
Ekipno Mix	do 6. mesta	1.mesto
Vrsta cilja	Načrtovani cilj	Realizacija cilja zima 2024/25
Svetovno prvenstvo		
MOŠKI	1 x do 20. mesta 1 x do 30. mesta	NE DA
ŽENSKE	1 x do 10. mesta 1 x do 20. mesta	DA 10. mesto DA (11.m, 12.m, 14.m 16.m, 18.m)
Ekipno Mix	do 7. mesta	DA 7. mesto
Svetovni pokal M	1 x do 20. mesta 5 x do 30. mesta 10 x do 40. mesta	DA 2x (18m, 20m) NE 1x DA 10x
Svetovni pokal Ž	2 x do 6. mesta 2 x do 10. mesta 6 x do 20. mesta	DA 4x (4m, 5m, 2x6m) DA 4x DA 7x
COC pokal M	2 x do 15. mesta 5 x do 30. mesta	DA 2x (10m, 15m) DA 14x
COC pokal Ž	2 x do 15. mesta 4 x do 20. mesta	DA 7x (1m, 3m...)
COC mix team	1 x do 6. mesta	Brez tekmovanja
COC TŠ M		8m, 25m
COC TŠ Ž		1.mesto

Splošna ocena:

Sezono ocenjujemo kot delno uspešno. Moški del je sicer naredil napredek, pa vendar je bilo na tekmovanjih najvišje ravni pričakovati nekoliko več. Rezultati okoli 30. mesta nas ne smejo zadovoljevati. Tudi na svetovnem prvenstvu v Trondheimu smo v moški konkurenci načrtovali več kot le 24. mesto. Čeprav so tekmovalci mladi, so sposobni boljših rezultatov. Celotna sezona je bila splet slabše tekaške priprave zaradi različnih vzrokov, tudi na skakalnici z napredkom nismo zadovoljni. Vez med treningom skokov in tekov ni povsem delovala. Drugi večji problem je pri nekaterih tekmovalcih predstavljala morfološka nestabilnost. Danes je potrebno za vrhunski športni rezultat vseskozi biti na določenih limitih. Tekmovalec, ki tega ni sposoben, ne more doseči željenega.

Ravno nasprotno je bilo v ekipi žensk, ki so v sezono prišle zelo dobro pripravljene. Rezultati so bili solidni in v skladu s pričakovanji. Zelo dobro so nastopila mlada dekleta. Žal se je tik pred SP v Trondheimu poškodovala E. Volavšek, ki je sicer nastopila, osvojila zelo dobro 10. mesto, pa vendar z rezultatom tako sama kot tudi stroka ni mogla biti zadovoljna. V danih okoliščinah (stres zlom nartrnice) so tako ona kot tudi ostale mlade tekmovalke nastopile odlično in dosegle več uvrstitev v najboljšo petnajsterico.

DPNC NK

Realizacija rezultatskih ciljev:

Tako, kot pri ekipah skakalcev, so tudi pri NK vsi cilji vezani na napredek v smislu gibalnih sposobnosti, tehnike in morfologije. V skladu s programom so izvajali osnovne gibalne in morfološke teste. Zadnji test pred počitnicami je bil izveden konec meseca junija, prvi razširjeni test pripravljenosti tekmovalcev pa v začetku meseca septembra. Poleg skakalnih testiranj so izvajali tudi tekaška in skozi rezultate le teh vodili fante in dekleta skozi sezono. Od meseca oktobra 2024 pa do konca marca 2025 so izvajali dodatna testiranja na pritiskovni plošči (2x), vseskozi so spremljali stanje morfologije, gibljivosti in še nekatere osnovno motorične pokazatelje, ki so pomembni tako za področje skokov, kot tudi tekov.

Kljub vsemu je potrebno poudariti, da so mlade tekmovalke in tekmovalci v sezoni 2024-25 rezultatsko nastopili zelo dobro. Iz mladinskega svetovnega prvenstva so prinesli dve medalji. To je vzpodbuda in odgovornost za vse, ki delamo v tem športu, da se tem tekmovalcem in tekmovalkam zagotovijo pogoji, ko bodo lahko rezultate prenesli tudi na člansko raven.

Splošna ocena:

V NK je potrebno obdržati trend nadaljnjega povečanja baze tekmovalcev in tekmovalk. Število tekmovalcev in tekmovalk v otroškem in mladinskem programu se je v zadnjih treh sezonah povečalo. Še bolj bo potrebno poudariti kvaliteto procesa treniranja na vseh ravneh delovanja panožne športne šole v nordijski kombinaciji. Pričakovani tekmovalni rezultati morajo biti realen odraz kvalitete dela in za to zagotovljenih kakovostno ustreznih dejavnikov. Pogoji za delo panožne športne šole morajo biti

primerljivi z vodilnimi državami v nordijski kombinaciji (Norveška, Nemčija, Avstrija, Francija). Tudi vnaprej moramo delovati v skladu s strategijo razvoja te panoge, saj po celotni piramidi še vedno nismo zadovoljni niti z rezultati, niti z napredkom te športne panoge.

Povzel in zapisal:

Gorazd Pogorelčnik

Vodja panoge za smučarske skoke in NK