

**SPRÁVA ZO SÚSTREDENIA REPEZENTAČNÉHO VÝBERU
JUNIOROV A SENIOROV ŠA****14. – 16.6. 2024****Bratislava***Reprezentačný tréner: Mgr. Anita Lamošová, PhD.**Asistent trénera: Mgr. Katarína Šanková*

Júnové sústredenie reprezentačného výberu športového aerobiku prebehlo v Bratislave, v priestoroch FTVŠ a Gymnastickej haly Inter. Sústredenia sa zúčastnilo 10 pretekárov (6 junioriek a 4 seniorky) z klubov VŠK FTVŠ UK Lafranconi Bratislava, Inter Aerobic Bratislava, KŠA Nitra a Slávia PU Prešov. Pretekárka Hana Adámeková sa zúčastnila iba časti sústredenia, nakoľko sa v rovnakom termíne zúčastnila súťaže v Rakúsku. Sústredenie malo predovšetkým rekondičný charakter po ukončení prvej časti súťažnej sezóny. Vzhľadom na blížiacu sa Majstrovstvá sveta sme sa s trojicami venovali zjednocovaniu a úprave choreografie, pretekárky mimo výberu na MS sa venovali nácviku nových cvičebných tvarov. Ďalej obsahujú náplň tréningov tvorilo upevňovanie techniky cvičebných tvarov, získavanie všeobecných a špeciálnych kondičných schopností a silový tréning. Okrem bežných podmienok telocvične tréning prebiehal na atletickom štadióne, dievčatá absolvovali aj baletnú prípravu s Ulianou Volkovou.



Mgr. Anita Lamošová, PhD.
Zodpovedná trénerka za úsek JUN a SEN



Mgr. Karina Danielová
Predsedníčka sekcie športového aerobiku