

## Reprezentačný úsek starších žiačok v športovom aerobiku 2024

### Zoznam pretekárok prijatých do RÚ 2024:

p.č.	Priezvisko a meno	Klub	Tréner
1.	Osvaldová Nelly	VŠK FTVŠ UK Lanfranconi Bratislava	Kyselovičová, Lamošová
2.	Bestvinová Nela	KGŠ Slávia Trnava	Bednáríková
3.	Šandorová Eliška	VŠK FTVŠ UK Lanfranconi Bratislava	Kyselovičová, Lamošová
4.	Betinová Michaela	KGŠ Slávia Trnava	Bednáríková
5.	Gerberová Lenka	VŠK FTVŠ UK Lanfranconi Bratislava	Kyselovičová, Lamošová
6.	Hošeková Karolína	Inter aerobic Bratislava	Formandl, Šanková
7.	Kačmarčíková Zorana	VŠK FTVŠ UK Lanfranconi Bratislava	Kyselovičová, Lamošová
8.	Hacajová Ester	KGŠ Slávia Trnava	Bednáríková

**Výsledky z testovania:**

Poradie	ŽIAČKY	VŠ T	Poradie VŠ	%	ŠP T	Poradie ŠP	%	Súťaže	Poradie S	%	VÝSLEDOK
1	Osvaldová Nelly	7,26	2	0,2	5,71	1	0,2	1	1	0,6	1,2
2	Bestvinová Nela	11,45	1	0,2	5,25	2	0,2	2,6	3	0,6	2,4
3	Šandorová Eliška	5,22	3	0,2	3,05	4	0,2	2,4	2	0,6	2,6
4	Betinová Michaela	-1,2	7	0,2	1,59	8	0,2	5,6	5	0,6	6
5	Gerberová Lenka	1,51	4	0,2	1,68	9	0,2	6	6	0,6	6,2
6	Hošeková Karolína	-8,48	12	0,2	1,57	7	0,2	4,4	4	0,6	6,2
7	Kačmarčíková Zorana	-0,88	6	0,2	3,32	3	0,2	8,4	9	0,6	7,2
8	Tomčišáková Tamara	0,53	5	0,2	3,98	11	0,2	8	8	0,6	8
9	Valkovičová Júlia	-4,89	10	0,2	6,51	12	0,2	7,9	7	0,6	8,6
10	Eliášová Stela	-6,58	11	0,2	0,42	6	0,2	8,6	10	0,6	9,4
Poradie	Prestupové	VŠ T	Poradie VŠ	%	ŠP T	Poradie ŠP	%	Súťaže	Poradie S	%	VÝSLEDOK
1	Hacajová Ester	-2,35	8	0,2	0,77	5	0,2	1,75	2	0,6	3,8
2	Štefániková Dominika	-2,53	9	0,2	3,17	10	0,2	1,25	1	0,6	4,4

## Harmonogram reprezentačných sústredení 2024

FEB	MAR	MÁJ	JÚN	JÚL	OKT	NOV	DEC
3.-4.2. 2024	1.-2.3. 2024	4.5. 2024	21.-23.6. 2024	1.-5.7. 2024	24.-27.10. 2024	2.-3.11. 2024	6.-8.12. 2024
BA	BA	BA	BA	TT	TT	BA	BA testovanie

### Ciele prípravy:

- ❖ Adaptácia na reprezentačné pravidlá (nové členky)
- ❖ Rozvoj technického predvedenia cvičebných tvarov obťažnosti
- ❖ Rozšírenie portfólia cvičebných tvarov obťažnosti
- ❖ Rozvoj umeleckosti - predvedenie
- ❖ Rozbor choreografií
- ❖ Mentálna príprava
- ❖ Kondičná príprava
- ❖ Kompenzačné cvičenia



Mgr. Katarína Šanková  
zodpovedná trénerka za úsek AG