



ZPRAVODAJ

6.7.2020

č. 2 – ročník 202

DRUŽSTVO - žen II. liga skupina A

První kolo máme za sebou a docela se nám vydařilo. Pouhý jeden pomocný bodík za Českou Lípou. Jsou ještě dvě kola a na ně se musíme poctivě připravit. Základ družstva má sílu a je možné bojovat o nejvyšší mety.

Počasí k nám bylo příjemné. Svítalo slunce a teplota byla pro sportování příznivá. Jenom vítr si s námi občas pohrával a znehodnotil některé výkony závislé na podpoře větru. Ale i tak padlo dost sezonních i osobních rekordů. Atletická kancelář je dokáže okamžitě vyhodnotit a ve výsledcích se to projeví označení SB nebo PB. Je to další pro atlety výhodné a prospěšné vylepšení.

Na startovní listinu bylo zapsáno 19 závodnic. Na poslední chvíli se pro nemoc omluvila Nelča, takže ke startu nastouplo 18 děvčat. Podle níže uvedené tabulky vidíte, že naše nejlepší nás podržela. Kamča získala 33,75 bodu a startovala v maximálně možných čtyřech disciplínách. Stejně tak Vendy, která získala o pouhý jeden bodík méně, 32,75. K nim se přidaly Michelle Fajfrová, 18,75 bodu, Kateřina Šilerová a Linda Dang se 17,50 bodu. Ale i ostatní děvčata přispěla do celkového bodového zisku. Jak je vidět každý bod má v celkovém hodnocení svoji váhu. Velmi dobře se do družstva zapojily starší žákyně Káťa Zajícová, Káťa Štěpánková a Markéta Hofmanová. Markéta neunesla tíhu odpovědnosti k družstvu a neskočila základ v tyči. Markéto, nic se neděje, máš před sebou budoucnost. Musím ještě pochválit štafetmanky. Postavili jsme tři štafety a všechny bodovaly a v bodovém hodnocení disciplín skončily na druhém místě s 18 body. Nejvíce bodovanou disciplínou byla s 19 body dvoustovka.

Nyní k jednotlivým startům a výkonům. **Michelle Fajfrová** má velmi dobrou formu a výkonností stoupá vzhůru. 100m v rozběhu 12,82 v osobním rekordu a postup do A finále. Ve finále ve velmi pěkném čase 12,85 skončila na 3. místě. Na dvoustovce jí čas 26,16 stačil na třetí místo. Pomohla též k vítězství A štafety.

Nováček **Kateřina Zajícová** odvedla velmi dobrý výkon, ač se teprve seznamuje s dospělou atletikou. Stovku zaběhla v osobáku 13,80, na body to nestačilo. Významně pomohla k vítězství A štafety. Při poctivém tréninku je příslibem do budoucna. **Kamilu Frontzovou** už tolik netrápí zdravotní potíže. Je to vidět na výkonech. Jenom jedno druhé jinak ostatní první místa. Je pravdou, že jako vícebojařka si může vybírat disciplíny a vždy v nich bude bodovat. Jenom smůla, že může jít pouze tři individuální disciplíny. 200m 25,65, výkon sezony a vítězství. 100m překážek za 14,64, osobní rekord a první místo. V dále byla druhá ve výkonu sezony 5,46 m. Skvělým finišem doběhla A štafetě pro vítězství. **Kateřině Šilerové** nestačil čas 27,61 z dvoustovky na body. Vynahradila si to na 400m překážek, kde doběhla druhá v 66,69 a osobním rekordem v dále 5,13m skončila na čtvrtém místě. Běžela ještě v B štafetě, která skončila na pátém místě. Předvedla solidní výkony a získanými body výrazně přispěla ke druhému místu družstva. **Linda Dang** po přechodu do dorostenecké kategorie už může běžet dvě tratě nad 300m. Běžela čtvrtku za 62,53 a skončila na čtvrtém místě. Na osmistovce si umístění vylepšila. Skvělým finišem v čase 2:24,18 druhé místo. Běžela ještě v B štafetě. Bodový zisk 17,50 bodu je výborný. Nováček v družstvu **Linda Šwarzová** se předvedla výborně na čtvrtce a osmistovce. Čtvrtka 63,00 a páté místo a na osmistovce 2:25,17. Třináct bodů na úvod je dobrý počínek. **Sára Strapková** výkonnostně se pomalu zlepšuje. Čtyřstovka 67,43 a desáté místo. Bodovala ještě v B štafetě. **Klárka Procházková** předvedla bojovný výkon na 400m překážek. Vcelku plynulý běh, neměla větší potíže a především držela tempo. Časem 74,23 si zaběhla osobák a skončila na čtvrtém místě. Bodovala ještě v C štafetě. **Vendy Žitná**, výrazná opora družstva ve vrhačských disciplínách, která z minulosti ještě dokáže využít svoji rychlost, což předvedla v A Štafetě. Začnu hodem disku, kde měla velmi silné soupeřky z České Lípy. Nejlepší výkon sezony 34,79 jí stačil na třetí místo. V kouli a v oštěpu si vítězství nenechala ujít. V kouli vrhla 11,72. V oštěpu potvrdila velmi dobrou formu, a jako ve všech předchozích závodech letos hodila osobák, tak i na těchto závodech, kde dosáhla 45,69. V letošní sezoně má Vendy před sebou překonání dlouholetého rekordu Kateřiny Žofkové, která v roce 2008 hodila oštěp do vzdálenosti 46,70. K jeho překonání jí tedy schází 102 cm. **Martina Šimonová**, většinou sbírá výborná umístění mezi handicapovanými sportovci, získala medaili na mistrovství světa a v současné době bojuje o limity na Olympijské hry v Tokiu. I v letošním roce chce soupeřit se závodnicemi bez handicapu. Startovala ve vrhu koulí, kde se jí vůbec nedařilo, nedokázala se vypořádat s odhodem a tudíž neměla žádný měřený výkon. Nezdár si odčinila v hodů diskem, kde dosáhla 28,06m a skončila v osobním rekordu na bodovaném osmém místě. **Lucie Schneiderová**, závodnice hostující z Krupky. Její doménou je hod oštěpem, kde vylepšeným sezonním výkonem 33,90 obsadila šesté místo. Hod diskem není její oblíbenou disciplínou a za výkon 18,56 nebrala body. **Emma Olahová** házela pouze kladivem. Je to její oblíbená disciplína. Ve své věkové kategorii, dorostu má lehčí náčiní, 3 kg. Mezi ženami musela házet o jeden kilogram těžším, tedy 4g, což se projevilo na délce hodů. Vypořádala se s tím velmi dobře a ke spokojenosti obsadila šesté místo. Její čas teprve přijde a kladivo bude určitě létat do daleko větší vzdálenosti. **Verča Čutíková**, druhá závodnice z Krupky: Za Bilinu startuje už po několikáté. Startovala v hodů oštěpem, kde dosáhla výkonu 30,70, na body tento výkon nestačil. **Míša Šuleková** z individuálních disciplín házela oštěpem s výkonem 24,60, bez bodu a skákala do výšky. Skočila 1,35 a dělila se o desáté místo, což vyneslo 0,50 bodu. Potýkala se s rozběhem a následně i s odrazem. Na trénincích jí to jde lépe. Běžela také C štafetu. **Verča Pešková** skákala do dálky, výkon 4,30 jí na body nestačil. Ve výšce se jí dařilo podstatně lépe. Výkon 1,45 stačil na osmé místo. Problémy obdobně jako Míša. Pomohla v C štafetě. **Klárka Francouzová** se tuto sezonu převážně věnuje studijním povinnostem, na klasický trénink neměla v nabitém programu moc času. Občas si udržoval kondičku během. Na lize ukázala svoji zkušenost. Výpadek v tréninku až na výšku nebyl moc znát. Tyčku si po dlouhé době vyzkoušela na krajských přeborech jednotlivců a na lize zdolala výšku 2,50, byla výborná, především potom dělené druhé místo. Ve výšce se trápila s odrazem, ale i tak 1,40 a deváté místo bylo skvělé. Sama neočekávala žádný zázrak. Běžela ještě C štafetu. O **Markétě Hofmanové** jsem psal výše. Poslední závodnicí je **Kát'a Štěpánková**, která teprve sbírá zkušenosti. Běžela jenom ve štafetě B. Svého úkolu se zhostila dobře, štafeta skončila na pátém místě.

Pro souhrnnost ještě uvádím složení jednotlivých štafet.

Fajfrová, Zajícová, Žitná, Frontzová	4x100m	50,88	11
Šilerová, Dang, Strapková, Štěpánková	4x100m	52,89	6
Šuleková, Pešková, Francouzová, Procházková	4x100m	57,51	1

Pro pořádek ještě připomenou, abyste nezapomněly startovní číslo a klubové dresy. Je povinností v nich startovat. Jinak by mohlo dojít i k nepřípuštění na start.

Další důležité pravidlo. Nenastoupíte-li na start disciplíny, nebudete připuštěni ke startu následující disciplíny

Další upozornění, v **technických disciplínách** bude připuštěno ke startu **maximálně 22** závodnic. V běhu na **100m a jen v kole 30** závodnic.

Tabulka 1. kola:

1.	A.C. Česká Lípa	176 pom. b.	8 hl. b.
2.	AK Bílina	175	7
3.	AC Turnov	142	6
4.	AK Most	106	5
5.	TRIATLET Karlovy Vary	102,50	3
5.	SK Jeseniova	99	3
6.	Atletika Litvínov	52,50	1
7.	A.C. TEPO Kladno	71	0

Tabulka, pomocné a hlavní body družstev

	1.kolo	2.kolo	3.kolo	celkem
1. A.C. Česká Lípa	176	-	-	176 - 8
2. K Bílina	175	-	-	175 - 7
3. A.C. Turnov	142	-	-	142 - 6
4. AK Most	106	-	-	106 - 5
5. TRIATLET K. Vary	102,50	-	-	102,50 - 3
6. SK Jeseniova	99	-	-	99 - 3
7. Atletika Litvínov	52,50	-	-	52,50 - 1
8. A.C. TEPO Kladno	71	-	-	71 - 0

Bodování jednotlivkyň	1.kolo	2.kolo	3.kolo	Celkem
1. Kamila Frontzová	33,75	-	-	33,75
2. Venuše Žitná	32,75	-	-	32,75
3. Michelle Fajfrová	18,75	-	-	18,75
4. Kateřina Šilerová	17,50	-	-	17,50
5. Linda Dang	17,50	-	-	17,50
6. Linda Šwarzová	13	-	-	13
7. Klárka Francouzová	10,75	-	-	10,75
8. Klárka Procházková	7,24	-	-	7,25
9. Lucie Schneiderová	5	-	-	5
10. Emma Olahová	5	-	-	5
11. Veronika Pešková	3,25	-	-	3,25
12. Martina Šimonová	3	-	-	3
13. Kateřina Zajícová	2,75	-	-	2,75
14. Sára Strapková	2,50	-	-	2,50
15. Kateřina Štěpánková	1,50	-	-	1,50
16. Michaela Šuleková	0,75	-	-	0,75
17. Markéta Hofmanová	0	-	-	0
18. Veronika Čutíková	0	-	-	0
Celkem	175	-	-	175

Bodování disciplín

	1.kolo	2.kolo	3.kolo	celkem
1. 200m	19	-	-	19
2. 4x100m	18	-	-	18
3. 800m	16	-	-	16
4. 400m př.	16	-	-	16
5. oštěp	16	-	-	16
6. dálka	16	-	-	16
7. 400m	14	-	-	14
8. 100m př.	11	-	-	11
9. disk	11	-	-	11
10. koule	11	-	-	11
11. tyč	8,50	-	-	8,50
12. 100m	8	-	-	8
13. výška	5,50	-	-	5,50
14. kladivo	5	-	-	5
15. 1500m	-	-	-	-
16. 5/3/3př.	-	-	-	-
17. trojskok	-	-	-	-
18. 4x400	-	-	-	-
Celkem	175	-	-	175

Termíny kol a střídání disciplín:

Kolo	Datum	Pořadatel	Disciplína	Disciplína
1.	04. 07. 2020	AK Bílina	5000 m	4x100 m
2.	19. 07. 2020	AC Slovan Liberec	3000 m př.	4x400 m
3.	23. 08. 2020	AC Turnov	3000 m	4x100 m

Odjezdy autobusů na další kola:

Druhé kolo Liberec. Dne 19. 7. 2020 (neděle), Bílina-Liberec. Autobus bude přistaven v 6:45 hod. na parkovišti u hypermarketu Albert v Bílině, odjezd v 7:00 hod., dále přes Teplice. Tepličáci budou po 7 hodině připraveni k nástupu u Oplu.

Třetí kolo Turnov. Dne 22. 8. 2020 (sobota), Bílina-Turnov. Autobus bude přistaven v 6:45 hod. na parkovišti u hypermarketu Albert v Bílině, odjezd v 7:00 hod., dále přes Teplice. Tepličáci budou po 7 hodině připraveni k nástupu u Oplu.

Při jakýchkoli problémech mě zavolejte na číslo 724 205 208 nebo napište na e-mail jaromir.riha@atlas.cz nebo Jirkovi na č. tel. 721 200 790, e-mail jiri.nechvatal@centrum.cz.

Těším se na vaši účast na prvním kole v Bílině a přeji dobré výsledky.

Jaromír