Wolkrova 4 | 851 01 Bratislava | tel.: 0918 737 877 | e-mail: zps@zps-diving.sk | www.zps-diving.sk

Správa o činnosti sekcie Podhladinového rugby ZPS za rok 2022:

V roku 2022 sa podaril udržať zámer z roku 2021 a to výrazné omladenie hráčskej zostavy.
Zo šiestich hráčov v juniorskom veku sa podarilo udržať pri pravidelnom tréningu piatich, čo je až prekvapivý úspech, vzhľadom na povahu športu a predchádzajúce skúsenosti, naviac sa podarilo reaktivovať jedného mladého príležitostného hráča Jakuba Sláčika (r. 1998).
K zostave skúsených hráčov pribudol Filip Majerník (r. 1985), rýchly hráč so skúsenosťami z Nemecka, ktoré patrí k svetovej špičke v tomto športe.

Tréner našej mládeže Jozef Chyžnaj okrem pravidelných herných tréningov naordinoval mládeži kondičnú a suchú prípravu:
Január - Jún:
- Kondičná príprava skladajúca sa z objemového plutvového plávania v kombinácii s podhladinovou výdržou.
- Testovanie január a jún, pre porovnanie výsledkov v júny každý z juniorov preplával na nádych bez plutiev 50m a zaplával s plutvami 25m pod 12sec.
- 3x kondičné sústredenia v Liptovskom Jáne (2x zimné a 1x jarné)
- Kondičná suchá príprava na MTB - týždenne 75km.
- Herná príprava na prvý medzinárodný turnaj v Budapešti.

Mladí hráči urobili za rok výrazné pokroky výsledkom čoho boli výsledky na turnajoch, kde zostava bola zameraná na ich získavanie skúseností a boli umiestňovaný do pozícií v útoku a ostrieľaní hráči tvorili ich podporu z obrany a brány:

3.miesto - VII. UWR Budapest Cup 27.8.2022 - Budapešť
2. miesto - 1.ligové kolo 2. Českej otvorenej ligy 2022/2023 22.10.2022 - Viedeň
1. miesto - 2.ligové kolo 2. Českej otvorenej ligy - Praha