



## Správa zo 17. Majstrovstiev sveta Juniorov Lignano Sabbiadoro 2021



### Krátky sumár v číslach

MS juniorov 2021

23 krajín

### Zloženie výpravy:

**Vedúci výpravy:** Mgr. Ján Pavlík, PhD.

**Tréner:** Mgr. Štefan Mika

### Športovci:

**Ženy:** Simona Heglasová, Petra Kissová, Alexandra Slišková, Ľubomíra Sopková, Ľuboslava Paulína Rajtarová, Hana Vasilová

**Muži:** Benjamín Barczy, Jakub Hraško

**Ubytovanie:** Bella Italia Sport Village hotel Pineta

**Bazén:** 8 dráhový 50 m bazén + 25 m 6 dráhový bazén

**Hľadisko:** 400 divákov

### Cesta:

13.6.2021 Reprezentácia v počte 5 reprezentantov sa vydala na cestu zo Zvolena, ktorá smerovala do Šale, kde sa pridali ďalší 3 reprezentanti. Cesta na trase Zvolen – Šaľa – Bratislava – Rakúsko – Taliansko – Lignano Sabbiadoro bola vykonaná dvomi osobnými motorovými vozidlami Toyota Proace (9 miestne) a Peugeot 3008 (5 miestne). Cesta trvala aj s prestávkami 9 hodín.

V deň pricestovania sme sa ubytovali v hoteli Pineta v areáli Bella Italia Sport Village. Hotel sa nachádzal 50 m od plaveckého bazéna.

V deň príchodu sme mali prvý tréning v podvečerných hodinách. Tréning trval 45 minút a vzhľadom na dĺžku trvania cesty, športovci mali regeneračný tréning po ceste.

14.6.2021 sa vykonali dva tréningy. Prvý tréning bol v dopoludňajších hodinách a celková dĺžka tréningu bola 60 minút. Tréning bol zameraný na rýchlosť a vyskúšanie si štartov. V popoludňajších hodinách sme mali možnosť vykonať 45 minútový tréning. Tréning bol zameraný hlavne na obrátky a štarty.





15. – 18.6.2021 sa konali preteky.

19.6.2021 V posledný deň reprezentačnej výpravy sme sa presunuli v ranných hodinách domov na trase Lignano Sabbiadoro – Taliansko – Rakúsko – Bratislava – Šaľa – Zvolen. Pred cestou sa všetci zaregistrovali cestou E-karantény.

Cesta aj s prestávkami trvala opäť deväť hodín. Všetci športovci, aj členovia výpravy, došli zdarma domov.

Na druhý deň všetci absolvovali antigénový test. Výsledok u všetkých znel: negatívny.



## Pohľad na výkony reprezentantov jednotlivo

Ženy:

Ľubomíra



Ľubomíra absolvovala celkovo 4 osobné štarty a dva štafetové štarty na týchto majstrovstvách. Ľubka si pri svojej premiére na majstrovstvách sveta juniorov zaplávala jeden osobný rekord a splnila B limit na 100 PP. V ostatných disciplínach zbierala skúsenosti so svetovým šampionátom. Bola hodnotnou členkou štafiet na 4x50 PP mix a 4x100 PP žien.

| Disciplína | PB      | Limit A  | Limit B  | Zaplávaný čas | % z PB | % z limitu A | % z limitu B | Umiestnenie | Poznámka |
|------------|---------|----------|----------|---------------|--------|--------------|--------------|-------------|----------|
| 100 PP     | 46,69   | 44,50    | 46,84    | 46,43         | 100,56 | 95,84        | 100,88       | 27./32      | OR B     |
| 200 PP     | 1:46.33 | 01:40.77 | 01:46.07 | 1:46.68       | 99,67  | 99,67        | 99,43        | 29./30      |          |
| 50 PP      | 21,06   | 20,50    | 21,11    | 21,52         | 97,86  | 95,26        | 98,09        | 27./30      |          |
| 50 RP      | 19,41   | 18,48    | 19,46    | 19,68         | 98,63  | 93,90        | 98,88        | 29./33      |          |

Rajtárová Ľuboslava Paulína



Ľuboslava, čo štart to osobné zlepšenie svojich doterajších maxím. Pri svojej prvej účasti na MS juniorov potvrdila, že s ňou môžeme počítať aj do budúcnosti a podujatia svetového tipu jej nebudú robiť problém na presadenie sa vo svetovej konkurencii. Z osobných disciplín treba vyzdvihnúť 50 RP, kde zaplávala nové osobné maximum a taktiež splnila juniorský A limit, ktorý predstavoval aj jej najlepšie umiestnenie na 19. priečke. Taktiež bola členkou štafety na 4 x 100 m PP žien.

| Disciplína | PB      | Limit A  | Limit B  | Zaplávaný čas | % z PB | % z limitu A | % z limitu B | Umiestnenie | Poznámka |
|------------|---------|----------|----------|---------------|--------|--------------|--------------|-------------|----------|
| 100 PP     | 45,45   | 44,50    | 46,84    | 45,29         | 100,35 | 98,26        | 103,42       | 24./32      | OR B     |
| 200 PP     | 1:43.73 | 01:40.77 | 01:46.07 | 1:41.84       | 101,86 | 98,95        | 104,15       | 25./30      | OR B     |
| 50 RP      | 19,28   | 18,48    | 19,46    | 18,25         | 105,64 | 101,26       | 106,63       | 19./33      | OR A     |

## Slišková Alexandra



Alexandra, ako najmladšia členka výpravy, dosiahla vynikajúce výsledky a zaplávala dva ostré A limity. Aj napriek iba jednému osobnému rekordu. Na trati 50 BF skončila na krásnom 14. mieste, kde porazila aj mnoho skúsenejšie pretekárky. Na dvojnásobnej trati potvrdila svoj už zaplávaný A limit. Síce na tejto trati nedosiahla osobné zlepšenie, aj napriek tomu to stačilo na celkové 22. miesto.

| Disciplína | PB    | Limit A | Limit B | Zaplávaný čas | % z PB | % z limitu A | % z limitu B | Umiestnenie | Poznámka |
|------------|-------|---------|---------|---------------|--------|--------------|--------------|-------------|----------|
| 100 BF     | 52,22 | 52,51   | 55,28   | 52,26         | 99,92  | 100,48       | 105,78       | 22./30      | A        |
| 50 PP      | 20,45 | 20,50   | 21,11   | 21,17         | 96,60  | 96,84        | 99,72        | 25./30      |          |
| 50 BF      | 23,99 | 24,01   | 25,28   | 23,65         | 101,44 | 101,52       | 106,89       | 14./25      | OR A     |

## Vasilová Hana



Hana, ako najskúsenejšia pretekárka výpravy na svojom treťom šampionáte dosiahla najlepšie zlepšenie v disciplíne 200 BF, kde potvrdila aj B limit. Najlepšie umiestnenie dosiahla v disciplíne 50 BF, kde obsadila 18. miesto. Taktiež potvrdila B limit. V ostatných disciplínach sme nezaznamenali zlepšenie osobných rekordov. Táto dlhoročná pretekárka od budúcej sezóny bude už pretekať medzi seniormi.

| Disciplína | PB      | Limit A | Limit B | Zaplávaný čas | % z PB | % z limitu A | % z limitu B | Umiestnenie | Poznámka |
|------------|---------|---------|---------|---------------|--------|--------------|--------------|-------------|----------|
| 100 PP     | 52,26   | 44,50   | 46,84   | 52,71         | 99,15  | 84,42        | 88,86        | 25./30      | B        |
| 100 RP     | 45,46   | 43,5    | 45,79   | 47,46         | 95,79  | 91,66        | 96,48        | DSQ         |          |
| 200 BF     | 1:59.60 | 1:56.73 | 2:02.88 | 1:57.94       | 101,41 | 98,97        | 104,19       | 23./25      | OR B     |
| 50 BF      | 23,52   | 24,01   | 25,28   | 24,31         | 96,75  | 98,77        | 103,99       | 18./25      | B        |

## Kissová Petra



Peťa, ako jediná dlhotratiarka našej výpravy, sa popasovala so svojimi osobnými disciplínami veľmi adekvátne na situáciu, ktorú sme tu mali. Síce sa nejednalo o žiadne zlepšenie osobných umiestnení, ale aj tak sme u nej videli veľké odhodlanie a snahu dosiahnuť čo najlepší možný výsledok. 11. miesto na 1500 PP a 15. miesto na 800 PP sú veľmi dobrým odrazovým mostíkom do ďalšej možnej reprezentácie tejto pretekárky. Potvrdením B limitu vo všetkých štartoch na tomto podujatí je veľkým predpokladom na zlepšovanie sa.

| Disciplína | PB       | Limit A  | Limit B  | Zaplávaný čas | % z PB | % z limitu A | % z limitu B | Umiestnenie | Poznámka |
|------------|----------|----------|----------|---------------|--------|--------------|--------------|-------------|----------|
| 400PP      | 3,42.62  | 3:38.26  | 3:49.75  | 3:44.25       | 99,27  | 97,33        | 102,45       | 21./26      | B        |
| 1500 PP    | 14,57.49 | 14:55.47 | 15:42.64 | 15:00.90      | 99,62  | 99,40        | 104,63       | 11./16      | B        |
| 800PP      | 7,36.88  | 7:40.00  | 8:04.23  | 7:41.87       | 98,92  | 99,60        | 104,84       | 15./25      | B        |

## Heglasová Simona



Simča zaplávala na svojom tiež prvom a zároveň, aj poslednom, juniorskom šampionáte najlepšie ako mohla. Osobným zlepšením na 400 BF dosiahla 19. miesto a potvrdila B limit. Na polovičnej trati sa jej už nepodarilo zaplávať osobný rekord, ale na B limit to stačilo.

| Disciplína | PB      | Limit A | Limit B | Zaplávaný čas | % z PB | % z limitu A | % z limitu B | Umiestnenie | Poznámka |
|------------|---------|---------|---------|---------------|--------|--------------|--------------|-------------|----------|
| 200 BF     | 2:00.38 | 1:56.73 | 2:02.88 | 2:00.51       | 99,89  | 96,86        | 101,97       | 24./25      | B        |
| 400 BF     | 4:19.72 | 4:09.34 | 4:22.47 | 4:19.07       | 100,21 | 96,21        | 101,27       | 16./19      | OR B     |

## Muži Barczy Benjamín



Ako jediný z našej výpravy sa prebojoval medzi 8 najlepších a to v disciplíne na 200 PP. Najprv si v rozplavbách zaplával nové osobné maximum, kde potvrdil A limit, ktorý ho poslal do finále zo 7. pozície. Vo finále vsadil všetko na jednu kartu, ale nakoniec mu to stačilo na 8. miesto. Vo všetkých štartoch potvrdil svoju trénovanosť a plával všetko A limity.

V disciplíne na 100 PP a 50 RP obsadil krásne 13. miesto. Benjamín sa zúčastní i seniorských majstrovstiev sveta aj napriek tomu, že je ešte stále junior. Benjamín bol tiež členom dvoch zmiešaných štafiet, ktorých sme sa zúčastnili. V štafete 4 x 50 PP v prvom úseku dosiahol čas 18,04 čo predstavuje nový osobný rekord a taktiež splnenie A limitu.

| Disciplína  | PB      | Limit A | Limit B | Zaplávaný čas | % z PB | % z limitu A | % z limitu B | Umiestnenie | Poznámka |
|-------------|---------|---------|---------|---------------|--------|--------------|--------------|-------------|----------|
| 100 PP      | 38,98   | 40,61   | 42,75   | 39,34         | 99,08  | 103,23       | 108,67       | 13./24      | A        |
| 200 PP sem. | 1:30.37 | 1:31.45 | 1:38.37 | 1:27.56       | 103,21 | 104,44       | 112,35       |             | OR A     |
| 200 PP fin. | 1:30.37 |         |         | 1:29.59       | 100,87 | 102,08       | 109,80       | 8./27       |          |
| 50 PP       | 18,12   | 18,20   | 19,16   | 18,13         | 99,94  | 100,39       | 105,68       | 20./25      | A        |
| 50 RP       | 16,22   | 16,52   | 17,39   | 16,37         | 99,08  | 100,92       | 106,23       | 13./26      | A        |

## Hraško Jakub



Kubo Hraško a jeho prvý juniorský šampionát sa niesol v plávaní si osobných rekordov. Najväčší progres zaznamenal na 400 m BF a aj napriek zlepšeniu to nestačilo na limit. V ostatných troch disciplínach, ktoré plával zaplával B limity a to na tratiach 50, 100, 200 BF. V týchto disciplínach mu patrilo zhodne 16. miesto. Jakub bol členom dvoch zmiešaných štafiet kde si počínal veľmi dobre.

| Disciplína | PB      | Limit A | Limit B | Zaplávaný čas | % z PB | % z limitu A | % z limitu B | Umiestnenie | Poznámka |
|------------|---------|---------|---------|---------------|--------|--------------|--------------|-------------|----------|
| 100 BF     | 49,99   | 46,50   | 48,95   | 47,49         | 105,26 | 97,92        | 103,07       | 16./23      | OR B     |
| 200 BF     | 1:57.47 | 1:44.90 | 1:50.42 | 1:47.12       | 109,66 | 97,93        | 103,08       | 16./22      | OR B     |
| 50 BF      | 23,17   | 21,05   | 22,16   | 21,73         | 106,63 | 96,87        | 101,98       | 16./18      | OR B     |
| 400 BF     | 4:31.56 | 3:48.47 | 4:00.50 | 4:00.96       | 112,70 | 94,82        | 99,81        | 15./15      | OR       |

## Štafety:

Na majstrovstvách sveta juniorov sme prihlásili pretekárov na všetky možné štafety, ktoré sme boli schopné postaviť, nakoľko sa vo výprave nachádzali iba dvaja muži, tak sme nemohli obsadiť štafetu mužov.



### 4x50PP mix

V tejto štafete štartovali v tomto poradí **Barczy, Sopková, Slišková, Hraško**. V prvom úseku štafetu rozbehol Barci Benjamín a dosiahol čas 18,04, čo predstavovalo jeho osobný rekord.

Celkovo nasadený čas štafety bol 1:16,50 kde naša štafeta dosiahla čas 1:18,24 čo predstavovalo 12. miesto

1:16,50 // 1:18,24      12./14

1. úsek Barczy 18,04 OR A

### 4x100 BF mix

Druhá štafeta mix bola v podaní plávania BF kde sme taktiež v zložení štafety **Barczy, Vasilová, Slišková, Hraško** skončili na 12. mieste.

3:18.50 // 3:21,10      12./15



### 4x100PP ženy

Štafeta žien zaplávala nový najlepší výkon a to v zložení **Slišková, Sopková, Rajtárová, Kiššová**.

3:03.50 / 3:03,54 NV B      12./13





## Celkové hodnotenie:

Napriek pandemickej situácii sme veľmi spokojní, že sa podarilo vycestovať na majstrovstvá sveta juniorov. Na MSJ bolo cítiť, ktoré krajiny sa mohli pripravovať a neboli až tak obmedzený tréningovým výpadkom. Z nášho pohľadu naši športovci odvedli penzum práce a dokázali z mála vyťažiť veľa. Po tomto šampionáte sa posunú do seniorskej časti 4 pretekári. V juniorskej kategórii nám ostanú zvyšní 4 pretekári čo dáva základ na juniorskú reprezentáciu. Do budúcnosti treba, aby sa pracovalo viac na mužských pretekároch, aby sme mohli plávať aj mužskú štafetu.

Organizátorom sa podarilo zorganizovať preteky napriek obmedzeniam tradične veľmi dobre. Harmonogram bol dodržiavaný a neprichádzalo k časovým sklzom.

Strava bola na požadovanej úrovni a spĺňala

Dovoľte mi touto cestou poďakovať reprezentantom za vzornú a úspešnú reprezentáciu v tak ťažkých časoch, aké zažívame a že ostali plný entuziazmu v športe. Taktiež by som sa chcel poďakovať aj trénerom v jednotlivých kluboch za prípravu svojich zverencov. Taktiež nesmierna vďaka aj rodičom a všetkým, ktorí stoja za cieľmi svojich detí.

Vedúci výpravy a tréner: Mgr. Ján Pavlík, PhD. A Mgr. Štefan Mika

