

NAČRT DELA ČLANSKE REPREZENTANCE (jesen 2022)

V tem dokumentu je predstavljen plan turnirjev, tedenski urnik treningov v SNBC od 1.9.2022 naprej in kriteriji za sofinanciranje turnirjev. Naveden spored turnirjev še vedno ostaja fleksibilen. Fleksibilnost je vezana na finančno situacijo, trenutne pandemiološke razmere (omejitve glede Covida) in na delo igralcev na treningih.

ČLANI REPREZENTANCE

Članska reprezentanca je bila zadnji dve leti razdeljena na A, B in C ekipo. A ekipa pomeni ožjo reprezentanco igralcev, to so člani, ki so kandidati za uvrstitev na Svetovno prvenstvo in so na lestvicah uvršeni na mesta, ki realno prinašajo status mednarodnega razreda. B ekipo sestavljajo mlajši člani, ki so na prehodu ali so v zadnjih dveh letih prešli iz mladinske v člansko konkurenco ter igralci, ki sodijo v širšo ekipo reprezentance. C ekipo pa predstavljajo člani mladinske reprezentance in ostali starejši igralci, ki se treningov udeležujejo kot sparing igralci. Igralci so v skupine razdeljeni glede na rezultate na mednarodnih turnirjih. Vedno so možni prehodi med ekipami.

Člani A:

	Moški	Ženske
1	Miha Ivanič	Petra Polanc
2	Andraž Krapež	Lia Šalehar
3	Jaka Ivančič	
4	Miha Ivančič	

Člani B:

	Moški	Ženske
1	Maj Pobiljšaj	Nike Brajkovič (status poškodovane)
2	Gal Bizjak	Zoja Novak
3	Gregor Alič	
4		

Člani C:

	Moški	Ženske
1	Mladinci	Mladinke
2	Rok Jerčinovič (sparing)	Urška Polc (sparing)
3	Grega Šuštar (sparing)	Kaja Stankovič (sparing)
4	Gašper Krivec (sparing)	
5	Miha Masten (sparing)	
6	Aljaž Ferik (sparing)	

Igralci vseh treh skupin so vabljeni na treninge v SNBC. Za igralce ekipe C (mladinci in tudi kadeti) je prisotnost na treningih SNBC-ja dogovorjena preko komunikacije trener SNBC – klubski trener, igralec ter selektor reprezentance U17 in U15.

KRITERIJI ZA SOFINANCIRANJE IGRALCEV NA MEDNARODNIH TEKMOVANJIH

Igralci ostjajo razdeljeni v skupine A, B in C glede na zgoraj opisane pogoje. Vendar pa bodo veljali dodatni kriteriji, ki bodo določali višino sofinanciranja mednarodnih tekmovanj za vsakega kandidata.

Sofinanciranje v višini 100%

Igralci, ki iz zgoraj opisanega sodijo v ekipo A, poleg tega pa izpolnjujejo še:

- Vsaj 7 treningov/teden v sklopu SNBC
- Obvezna udeležba na reprezentančnih pripravah

Sofinanciranje v višini 50% (prevoz: plačan v celoti s strani BZS, če je pot s kombijem/avtom; v primeru letala, strošek karte krije igralec sam)

- Vsaj 5 treningov/teden v sklopu SNBC
- Obvezna udeležba na reprezentančnih pripravah

Trening v sklopu SNBC lahko pomeni trening badmintona na igrišču ali pa kondicijski trening (fitnes, dvorana, stadion...). Katero vrsto in koliko treninga v tednu se dogovori s trenerjem, glede na individualne potrebe igralca. Količina je fleksibilna v tednu, ko je na sporedu katero od tekmovanj.

URNIK

Standardni urnik in lokacija treningov SNBC (urnik je drugačen poleti, v času počitnic, v času reprezentančnih priprav in/ali vezan na razne odloke: Covid...):

Dvorana Dolgi Most:

Ponedeljek: 8.30 – 10.30, 16.00 do 18.00

Torek: 8.30 – 10.30, 15.30 do 17.30

Sreda: 8.30 – 10.30, 15.00 do 17.00

Četrtek: 8.30 – 10.30, 15.30 do 17.30

Petek: 8.30 do 10.30, popoldan klubski trening

V torek in četrtek popoldan bodo treningi še naprej namenjeni priključevanju članov mladinske in kadetske reprezentance.

Igralci po dogovoru opravijo še individualne treninge in treninge v fitnessu s pomočjo kondicijskega trenerja. Nadaljevalo se bo sodelovanje s kondicijskim trenerjem Andražem Šreklom. Kot rečeno bodo treningi pri njemu usklajeni z delom na igrišču. Možnost treninga z njim bodo dobili vsi člani A in B reprezentance.

To je osnovni urnik, ki pa je fleksibilen, saj se prilagaja ciklizacijskem in koledarskem obdobju ter razmeram/ukrepom, ki vladajo v državi in svetu (Covid...). Plan je, da igralci v petek popoldan izvejo kakšen bo plan dela v prihajajočem tednu. Da bo to izvedljivo pa je potrebno vzpostaviti bolj načrtno udeležbo igralcev na treningih.

PLAN TRENINGOV IN TEKMOVANJ

Letni plan dela je načeloma sestavljen iz dveh delov. Prvo polletje zajema pomladanski del sezone, drugi del pa jesenski. Poleti je daljše pripravljano obdobje, drugo krajše pripravljano obdobje pa je v času okoli novega leta. V obeh obdobjih se bo reprezentanca zbrala na skupnih pripravah. Sezona je razdeljena na različne makrocikle, ki si sledijo v logičnem zaporedju, glede na tekmovanja, ki se jih igralci udeležujejo. Določeni treningi v tedenskih mikrociklih so vsebinsko dokaj podobni in splošni za vse igralce v trenažnem

procesu, določeni pa se izvajajo posebej, glede na individualne potrebe igralcev. Določeni igralci A ekipe imajo individualne plane dela, prilagojene individualnim potrebam.

Tekmovanja in priprave od julija do decembra 2022

datum	kraj	rang	ekipa
31.8.-3.9.2022	Lagos Internatioanal	IC	izbrani
14.-17.9.2022	Belgian International	IC	A
21.-25.9.2022	Polish International	IS	A,B
29.9.-2.10.2022	Hrvaška International	FS	B,C
6.-9.10.2022	Bolgarija International	FS	B,C
12.-16.10.2022	Dutch Open	IC	A
20.-23.10.2022	Češka Open	IS	A, B
2.-5.11.2022	Madžarska International	IS	A,B
1.-6.11.2022	Hylo Open	300	izbrani
24.-27.11.2022	Slovenia International	FS	A,B,C
6.-11.12.2022	Kanada International	IC	izbrani
16.-18.12.2022	Q mešane ekipe	BE	Izbrana ekipa

*V zadnjem stolpcu je označeno, katera ekipa je planirana za določeno tekmovanje. Igralci ekipe B lahko na svojo željo nastopijo tudi na tekmovanjih namenjenim samo za ekipo A. Vendar pa se o smiselnosti nastopa prej posvetuje s trenerjema, strošek turnirja, pa si tokrat krije sam.

Koledar ostaja fleksibilen. O kakršnikoli spremembi bodo igralci pravočasno obveščeni.

CILJI JESEN 2022

- Dvig rankinga in priprava čimboljšega izhodišča ob začetku kvalifikacijskega obdobja za OI
- najmanj 5 mednarodnih statusov ob koncu leta 2022
- Konkurenčna ekipa na kvalifikacijah mešanih ekip; konkurenčen boj za 1. mesto v skupini

Ekipa

Zgoraj opisani cilji bodo realno dosegljivi s kombinacijo individualnega dela s posamezniki in skrbjo za sistem razvoja številčnosti ekipe. Ravno zato je želja, da člani članske reprezentance čimbolj redno trenirajo v SNBC-ju. Poleg tega pa se v omenjeni trening vključujejo tudi tako mlajši kot tudi starejši igralci. Starejši lahko s svojimi izkušnjami precej dvignejo nivo treninga in vodijo mlajše igralce. Poleg tega pa skupen trening omogoča večje možnosti rotiranja igralcev pri igri dvojic in s tem lažje iskanje najbolj kompatibilnih parov.

Pripravila:

Maja Kersnik in Denis Pešehonov