

NAČRT DELA ČLANSKE REPREZENTANCE (pomlad 2023)

V tem dokumentu je predstavljen plan turnirjev, tedenski urnik treningov v SNBC, kandidati, kriteriji in cilji za pomladanski del sezone 2023. Naveden spored turnirjev še vedno ostaja fleksibilen. Fleksibilnost je vezana na finančno situacijo, na dogovore z igralci in na delo igralcev na treningih.

ČLANI REPREZENTANCE

Članska reprezentanca je razdeljena na A, B in C ekipo. A ekipa pomeni ožjo reprezentanco igralcev, to so člani, ki so kandidati za uvrstitev na največja tekmovanja (OI, SP, EP) 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	Miha Ivančič	

Člani B:

	Moški	Ženske
1	Maj Poboljšaj	Zoja Novak
2	Gal Bizjak	Špela Alič
3	Gregor Alič	Anja Jordan
4	Jan Krumpak	Kim Matovič
5	Kevin Lin Lenarčič	Nike Brajkovič (status poškodovane)
6	Jaka Perič Marovt	
7	Anel Hac Györköš	

Člani C:

	Moški	Ženske
1	Mladinci	Mladinke
2	Rok Jerčinovič (sparing)	
3	Grega Šuštar (sparing)	
4	Gašper Krivec (sparing)	
5	Jaka Ivančič (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.

KRITERIJI ZA SOFINANCIRANJE IGRALCEV NA MEDNARODNIH TEKMOVANJIH

Igralci ostjajo razdeljeni v skupine A, B in C glede na zgoraj opisane pogoje. Vendar pa poleg tega veljajo dodatni kriteriji, ki določajo 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

Treningi v torek in četrtek popoldan so namenjeni tudi priključevanju članov mladinske in kadetske reprezentance.

Igralci po dogovoru opravijo še individualne treninge in treninge v fitnesu s pomočjo kondicijskega trenerja. Za fizično pripravo BZS sodeluje 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. 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 tekmovalja, 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 julija 2023

datum	kraj	rang
12.-15.1.2023	Estonian International	IS
26.-29.1.2023	Iceland International	IF
8.-12.3.2023	Portugal International	IS
22.-26.3.2023	Polish Open	IC
13.-16.4.2023	Dutch International	IS
4.-7.5.2023	Luxembourg International	IS
17.-21.5.2023	Slovenia Open	IC
25.-28.5.2023	Austrian Open	IS
1.- 4.6.2023	Italian International	IC
26.6.-2.7.2023	European Games	BE
23.7.-3.8.2023	Reprezentančne priprave	

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

CILJI POMLAD 2023

- Dvig rankinga in priprava čimboljšega izhodišča ob začetku kvalifikacijskega obdobja za OI
- Dvigovanje rankinga v vseh disciplinah z namenom kvalifikacije na Evropske igre
- Top 32 na Evropski rang lestvici
- Širina ekipe, s katero bo imela BZS možnost nastopa na kateremkoli od mednarodnih ekipnih tekmovanj

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 Denys Peshekhonov