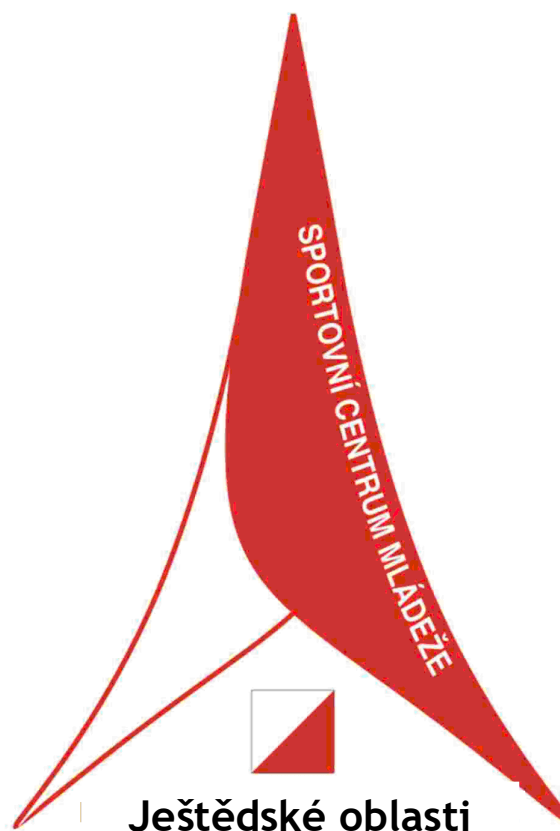


# ZÁVĚREČNÁ ZPRÁVA

O POUŽITÍ NADAČNÍHO PŘÍSPĚVKU  
PROVOZOVÁNÍ SPORTOVNÍHO CENTRA  
MLÁDEŽE ORIENTAČNÍHO BĚHU  
JEŠTĚDSKÉ OBLASTI V ROCE 2022



Lučany nad Nisou, listopad 2022

## 1. Název projektu

Provozování sportovního centra mládeže orientačního běhu Ještědské oblasti v roce 2022

## 2. Příjemce příspěvku

Liberecký krajský svaz ČSOS, Zahradní 1381, 473 01 Nový Bor, IČ: 050 60 991 (dále jen "LKS ČSOS")

## 3. Garant projektu

Ing. Jan Kočib

## 4. Hlavní cíle projektu

LKS ČSOS se přihlásil do výběrového řízení na provozování Sportovního centra mládeže v orientačním běhu (SCM) pro rok 2022, které vyhlásila Nadace orientačního běhu. Nadace OB tento grant pro rok 2022 přidělila pro LKS ČSOS ve výši 76 000 Kč.

LKS ČSOS je zřizovatelem Sportovního centra mládeže orientačního běhu Ještědské oblasti (dále jen SCM JO), které již po několik let koordinuje práci s talentovanou mládeží v Ještědské oblasti a zajišťuje kvalitní servis i pro talentované závodníky z oddílů, kde není péči o mládež věnován potřebný prostor. Cílem projektu bylo soustředit a poskytnout talentovaným závodníkům v orientačním běhu ve věku 15–18 let z Ještědské oblasti tréninkovou péči pro jejich další výkonnostní růst.

### Projekt se zaměřil na tyto cíle:

- 1) Sestavení skupiny navzájem se motivujících talentovaných jedinců z klubů Ještědské oblasti a zajištění kvalitních podmínek pro přípravu.
- 2) Uspořádat 6 akcí v rámci sekce dorostu SCM JO, které budou zaměřeny na trénink a celkové zlepšení výkonnosti členů SCM JO.
- 3) Zajištění širší podpory SCM JO ze strany oddílů JO.
- 4) Zajištění dalších zdrojů financování SCM JO.

## 5. Realizační plán a časový harmonogram SCM JO

1. Výběr členů SCM JO pro rok 2022	listopad 2021
2. Vypracování, konzultace a sledování plnění tréninkových plánů	celoročně
3. Zajištění spolupráce vedení SCM JO	celoročně
4. Publikování informací a výsledků z akcí SCM JO	celoročně
5. Akce SCM JO (prohlídky, testování, soustředění)	leden–listopad 2022
6. Vyhodnocení činnosti, zpracování poznatků pro další období	září–listopad 2022
7. Výběr členů SCM JO pro rok 2023	listopad 2022
8. Zpracování projektu pro grantový program na další období	listopad–prosinec 2022

## 6. Personální zajištění činnosti SCM JO v roce 2022

Vedoucí SCM JO: Dominika Pachnerová, CHA

Vedoucí trenér SCM JO: Jan Kočib (T2), TJN

Trenérská rada SCM OB LK: Dominika Pachnerová, CHA  
Kateřina Kašková (T3), CHA

Matěj Burda (T2), BOR

Jan Kočib, (T2), TJN

Jan Pícek (T3), TJN

Spolupracovníci a další trenéři:

David Pustai (T2), Vít Koštejn, Pavla Dušková (T3).

## 7. Seznam závodníků zařazených do SCM JO v rámci Nadace OB v roce 2022

ID	Příjmení a Jméno	Registrace	Licence 2022	Licence 2023
1.	Koudelková Eliška	BOR0652	B	B
2.	Rejmanová Nikola	BOR0656	B	B
3.	Patka Kryštof	BOR0702	A	A
4.	Lamačová Barbora	BOR0750	A	A
5.	Rejholcová Tereza	BOR0751	B	B
6.	Kocmanová Adéla	BOR0752	A	A
7.	Dolejší Jan	DOK0602	A	A
8.	Matyášová Kristýna	CHA0555	A	A
9.	Březina Karel	CHA0605	B	A
10.	Lipenská Barbora	CHA0753	A	A
11.	Tkáč Matěj	JJN0401	A	A
12.	Pesničáková Soňa	JJN0451	A	A
13.	Skácelová Adéla	JJN0454	A	A
14.	Mairich Filip	JJN0600	A	A
15.	Habán Oliver	JJN0602	A	A
16.	Baloghová Milena	JJN0750	B	B
17.	Hovorková Marie	LDC0650	B	B
18.	Peterka Jakub	LLI0404	A	A
19.	Balcarová Marie	LLI0652	B	B
20.	Nováková Viktorie	RUM0751	B	B
21.	Zurynek Jan	TJN0605	A	A
22.	Pachnik Jędrzej	TJN0607	A	A
23.	Štemberová Bára	TJN0650	A	A
24.	Skalová Jolana	TJN0653	B	B
25.	Háková Eliška	TJN0654	B	B
26.	Savruková Adéla	TJN0656	A	B
27.	Podoubská Adéla	TJN0658	A	B
28.	Waldhauser Štěpán	TUR0409	A	A
29.	Hudská Štěpánka	TUR0450	A	B
30.	Heřmánek Petr	TUR0500	A	A
31.	Nejezchleb Vojtěch	TUR0503	A	B

32.	Hoetzel Hugo	TUR0505	A	A
33.	Novotná Michaela	TUR0551	A	A
34.	Martanová Lea	TUR0555	A	A
35.	Mellanová Judita	TUR0559	A	A
36.	Lamačová Kateřina	TUR0660	A	A
37.	Drahoňovský Tomáš	TUR0701	A	A
38.	Tomášek Prokop	TUR0711	A	A
39.	Houžvičková Daniela	TUR0751	A	A
40.	Heczková Anna	VLI0652	B	B
41.	Vilémová Eliška	VLI0655	B	A
42.	Podrábský Ctibor	VLI0700	A	A
43.	Hyxa Jan	VLI0702	A	A
44.	Podhorný Ondřej	VLI0705	B	B
45.	Beneš Filip	VLI0708	B	B

Seznam závodníků zařazených do SCM JO je ve skutečnosti delší, zde uvádíme pouze závodníky zařazené do projektu podporovaného Nadací OB. Dále máme v týmu závodníky kategorie DH20. Z uvedeného seznamu se nakonec do činnosti SCM JO nezapojili Koudelková Eliška, Rejmanová Nikola, Rejholcová Tereza, Kocmanová Adéla, Baloghová Milena a Nováková Viktorie.

## 8. Přehled akcí SCM JO (leden – listopad 2022)

Datum	Místo	Akce	Náplň
4.2. – 31.3.	Liberecký kraj	Únorové soustředění	Mapová příprava, rozvoj technik OB
11. – 13.3.	Hradec Králové	Jarní soustředění	Zaměření na správnou realizaci postupu
duben–květen 2022	Liberec	Sportovní lékařská prohlídka	Zátěžový test na běhátku, podrobné vyhodnocení
1.-3.4.	Polsko	CEYOC 2022	Středoevropské utkání dorostu
14. – 18.4.	Polsko	Velikonoční soustředění	Rozvoj mapové techniky
10.5.	Liberec	Atletické testování	Běžecký test na 3000m
27.5. – 10.6.	Bedřichov	Modelový trénink	Zaměření na MČR na krátké trati
1.- 11.7.	Kristiansand – Norsko	Letní zahraniční soustředění	Mapová příprava v zahraničních terénech. Tréninky společně s KOK Kristiansand + třídní závody
26.8.-15.10.	Praha/Pardubice	Srovnávací testy mládeže	Atletický test na 3 km, psychologické a mapové testy, 0-400 m
6.-25.9.	Podkost	Modelový trénink	Zaměření na MČR na klasické trati
11.-13.11.	Sloup v Čechách	Listopadové úvodní soustředění	Zhodnocení sezony, týmové aktivity, informace o nové sezoně

## 9. Vyhodnocení jednotlivých akcí SCM JO v roce 2022

### **4.2 – 31.3. 2022 Únorové soustředění (Liberecký kraj)**

V Libereckém kraji bylo postaveno a rozneseno několik tréninkových tratí s různým zaměřením na mapové techniky. Tratě byly postaveny pro několik kategorií a byly koncipovány i pro SCD JO. Tyto mapy byly poskytnuty všem členům SCM JO, SCD JO a všem klubům v oblasti. Tyto tréninkové tratě byly k dispozici po dobu delší než jeden měsíc.

**Mapy, výsledky, fotografie a komentáře:** <https://www.scmjo.cz/archiv/akce/unorove-soustredeni/>

**Počet účastníků SCM:** 40+.

**Trenéři:** Jan Kočib, Jan Picek, Dominika Pachnerová, Kateřina Kašková, David Pustai, Matěj Burda, Vít Koštejn, Pavla Dušková.

### **11. - 13. 3. 2022 Jarní soustředění (Hradec Králové)**

Jarní soustředění bylo uspořádáno v relativně rychlých terénech v okolí Hradce Králové. Tréninky byly zaměřené především na stanovení plánu a jeho realizace pro jednotlivé postupy bez ztráty kontaktu s mapovým podkladem, který byl na některé z tréninků záměrně upraven. Tréninky byly zasazeny jak do lesního terénu, tak i do městské zástavby. Na soustředění probíhala individuální i hromadná důkladná analýza a rozbory.

**Mapy, výsledky, fotografie a komentáře:** <https://www.scmjo.cz/archiv/jarni-soustredeni-tsm/>

**Počet účastníků:** 31.

**Trenéři:** Jan Kočib, David Pustai, Pavla Dušková, Kateřina Kašková.

### **Duben–říjen 2022 Sportovní lékařské vyšetření (Liberec)**

Pro zájemce bylo objednáno sportovní lékařské vyšetření v ambulancích tělovýchovného lékařství v EUC klinice v Liberci a v nemocnici v Jablonci nad Nisou. Členové SCM absolvovali sportovní lékařskou prohlídku, všichni obdrželi detailní písemné vyhodnocení vyšetření. V případě diagnostikování různých obtíží byla doporučena další vyšetření. Prohlídky probíhaly v předem domluvených společných termínech, případně po dohodě individuálně.

Počet účastníků: 29.

### **1.- 3. 4. 2022 CEYOC (Polsko)**

V dubnu 2022 se konalo Evropské utkání dorostu v polském městě Ogrodzieniec. Hned na začátku akce proběhlo seznámení s terénem na tréninkové trati. První etapou utkání dorostu byl městský sprint ve městě Olkusz. Zde patří mezi nejlepší umístění M. Novotné (D18) 3. místo. Dále pak v H18 4. a 5. místo pro M. Tkáče a Š.Waldhausera. Druhá etapa – klasická trať. Zde 1. místo M.Novotná (D18); 9. místo M. Tkáč (H18); 11. místo F.Mairich (H16) a 10.místo B.Chrástová (D16). Třetí etapa – štafetový závod. Zde v kategorii D16 6. místo; D18 4. a 6. místo; H16 4. a 11. místo a v H18 2. a 6. místo.

**Mapy, výsledky, fotografie a komentáře:** <https://www.scmjo.cz/archiv/ceyoc-2022/>

**Počet účastníků:** 24.

**Trenéři:** Jan Kočib, Pavla Dušková, Kateřina Kašková, Dominika Pachnerová.

### **14. – 18. 4. 2022 Velikonoční soustředění (Polsko)**

Velikonoční soustředění proběhlo na polské straně Krkonoš. Tréninky byly zaměřeny na různé mapové OB techniky. Velký důraz byl kladen na správnou volbu záchytných bodů, odlišení významných a méně významných záchytných bodů na zvoleném postupu. Před a po těchto trénincích probíhala důkladná individuální analýza trenér/svěřenec a večerní hromadné zhodnocení. Jelikož se jednalo o delší časový rámec soustředění, byl zařazen i společný pěší výlet na místní hrad s možností zpátečního běhu zpět na ubytování.

**Mapy, výsledky, fotografie a komentáře:** <https://www.scmjo.cz/archiv/velikonocko-v-polsku/>

**Počet účastníků:** 41.

**Trenéři:** Jan Kočib, David Pustai, Matěj Burda, Pavla Dušková, Kateřina Kašková, Dominika Pachnerová.

### **10. 5. 2022 Atletické testování (Liberec)**

Atletické testování na 3000 m proběhlo na atletickém oválu v Liberci.

**Trenéři:** Jan Kočíb, Matěj Burda, Vít Koštejn, Kateřina Kašková, Dominika Pachnerová, Pavla Dušková a další kluboví trenéři TUR a TJN.

### **27.5. – 10.6. 2022 Modelový trénink (Bedřichov)**

Otevřený trénink jako příprava na MČR se zaměřením na krátkou trať. Trénink o několika délkách tratí byl postavený po dobu dvou týdnů. Mapové podklady byly poskytnuty všem členům i jednotlivým klubům.

**Mapy, výsledky, fotografie a komentáře:** <https://www.scmjo.cz/archiv/akce/modelovy-trenink/>

**Počet účastníků:** 50+

**Trenéři:** Jan Kočíb, Matěj Burda, David Pustai, Kateřina Kašková, Pavla Dušková, Vít Koštejn.

### **1. - 11. 7. 2022 Zahraniční soustředění (Norsko)**

Na začátku července proběhlo navázání v minulosti úspěšné spolupráce s norským klubem OK Kristiansand, který pro nás připravil na jihu Norska několikadenní tréninkový kemp s různorodým OB zaměřením. K závěru soustředění jsme se zúčastnili místních závodů Sørlandsgaloppen 2022 v okolí Larviku, kde se nám podařilo hned několik medailových umístění.

**Mapy, výsledky, fotografie a komentáře:** <https://www.scmjo.cz/archiv/soustredeni-tsm-v-norsku/>

**Počet účastníků:** 30.

**Trenéři:** Kateřina Kašková, Dominika Pachnerová, Jan Kočíb, Pavla Dušková.

### **Září/říjen 2022 Srovnávací testy mládeže (Holice, Turnov, Olomouc, Praha, Pardubice)**

26.8. – 15.10. proběhly Srovnávací testy, které definují členskou základnu Tréninkových středisek mládeže. Program se skládal z atletického testu na 3000 m, psychologických a mapových testů a 0-400 – práce s mapou při 400 m běhu.

**Trenéři:** Jan Pícek

### **6. - 25. 9. 2022 Modelový trénink (Podkost)**

Otevřený trénink jako příprava na MČR se zaměřením na klasickou trať. Trénink o několika délkách tratí byl postavený po dobu tří týdnů. Mapové podklady byly poskytnuty všem členům i jednotlivým klubům.

**Mapy, výsledky, fotografie a komentáře:** <https://www.scmjo.cz/archiv/akce/modelovy-trenink-zari/>

**Počet účastníků:** 50+

**Trenéři:** Jan Kočíb, Kateřina Kašková

### **11. - 13.11. 2022 Úvodní soustředění (Sloup v Čechách)**

Úvodní soustředění bylo situováno do Sloupu v Čechách. Na soustředění probíhal teoretický i praktický nácvik různých OB technik. Taktéž účastníci absolvovali seznamovací hry včetně týmových tréninků. Soustředění se účastnil i úřadující reprezentant Tomáš Křivda, který vedl přednáškový blok a účastnil se i vybraných tréninků

**Mapy, výsledky, fotografie a komentáře:** <https://www.scmjo.cz/archiv/uvodni-soustredeni-tsm/>

**Počet přihlášených:** 36.

**Trenéři:** Jan Kočíb, Kateřina Kašková, David Pustai, Pavla Dušková, Dominika Pachnerová.

## **10. Vyhodnocení plnění cílů projektu**

### **1) Sestavení skupiny navzájem se motivujících talentovaných jedinců z klubů Ještědské oblasti a zajištění kvalitních podmínek pro přípravu.**

Cíl splněn. Na základě výsledků v předchozí závodní sezóně byli vybráni talentovaní závodníci z klubů soutěžících v Ještědské oblasti. Podařilo se vytvořit dobrý tým spolupracujících jedinců, kteří se aktivně

zapojili do činnosti SCM JO. Týmový duch se projevuje i navenek například v podobě dresů, čelenek a mikin. Členové SCM jsou rovněž propojeni v rámci sociálních sítí na internetu.

Členové SCM JO byli úspěšní v české soutěži. V MČR vybojovala dvojice Michaela Novotná a Lea Martanová celkem 13 medailí, medailově se v individuálních závodech prosadili také Kristýna Matyášová, Matěj Tkáč, Filip Mairich, Jakub Peterka a Prokop Tomášek. I další členové SCM JO obsazovali další přední příčky jak na MČR, tak v celkovém hodnocení žebříčku A. Čtyřnásobné zastoupení mělo SCM JO na ME dorostu v Maďarsku se ziskem tří stříbrných medailí. V roce 2022 byla zorganizována řada akcí, které mohly dopomoci k uvedeným úspěchům.

## **2) Trenérské vedení talentovaných závodníků a zajištění širší trenérské podpory SCM JO ze strany oddílů JO.**

Trenérská rada, která tvoří jádro SCM JO, je ve složení Dominika Pachnerová, Kateřina Kašková, Jan Kočib, Jan Pícek a Matěj Burda. Mimo to se již pravidelně účastní akcí v pozici trenérů nebo spolupracovníků, David Pustai, Vít Koštejn a Pavla Dušková. Pro zefektivnění trenérské práce došlo k vytvoření online trenérské sekce, která usnadňuje práci všem trenérům při přípravě akcí.

## **3) Uspořádat 9 akcí v rámci sekce dorostu SCM JO, které budou zaměřeny na trénink a celkové zlepšení výkonnosti členů SCM JO.**

Akce SCM Ještědské oblasti probíhaly v průběhu celého roku. Bylo uspořádáno celkem 11 akcí v průběhu roku. Začátkem roku bylo uspořádáno celokrajské soustředění, kde byly mapové podklady poskytnuty i jednotlivým klubům. Dále byly v tomto roce nově uspořádány dva modelové tréninky zaměřené na krátké a klasické trati (separátně) a byly otevřené jak pro členy SCM tak i pro jednotlivé kluby. Taktéž jsme se zúčastnili CEYOC 2022, kde naši svěřenci získali i medailová umístění.

## **4) Zajištění dalších zdrojů financování SCM JO.**

Cíl splněn. Mezi další zdroje SCM JO patří grant od ČSOS na činnost TSM a dále částky z rozpočtu LKS ČSOS.

## **11. Ekonomické vyhodnocení činnosti SCM OB LK a použití příspěvku Nadace OB**

Projekt byl financován z přiděleného grantu Nadace orientačního běhu, ze zůstatku na účtu SCM JO u LKS ČSOS, příjmu od ČSOS a z příspěvků členů SCM JO.

Náklady akcí zařazených do projektu činily celkem 168 565,85 Kč, příspěvek z grantu Nadace OB byl 76 000 Kč.

V přehledu uvádíme i zahraniční soustředění a další akce, na které nebyl použit příspěvek Nadace OB. Akce byly pořádány společně pro SCM a TSM Ještědské oblasti. Část nákladů tedy převzalo TSM Ještědské oblasti.

<b>ID</b>	<b>Datum</b>	<b>Místo</b>	<b>Akce</b>	<b>Náklady na akci celkem</b>	<b>Příspěvek z grantu nadace OB</b>
1	4.2. – 31.3.	Liberecký kraj	Únorové soustředění	0 Kč	0 Kč
2	11. – 13.3.	Hradec Králové	Jarní soustředění	42 048,06 Kč	20 898,06 Kč
3	duben–květen 2022	Liberec	Sportovní lékařská prohlídka	39 000 Kč	9 750 Kč
4	1.-3.4.	Polsko	CEYOC 2022	mimo projekt	0 Kč
5	14. – 18.4.	Polsko	Velikonoční soustředění	mimo projekt	0 Kč
6	10.5.	Liberec	Atletické testování	0 Kč	0 Kč
7	27.5. – 10.6.	Bedřichov	Modelový trénink	0 Kč	0 Kč
8	1.- 11.7.	Kristiansand – Norsko	Letní zahraniční soustředění	mimo projekt	0 Kč

9	26.8.-15.10.	Praha/Pardubice	Srovnávací testy mládeže		
10	6.-25.9.	Podkost	Modelový trénink		
11	11.-13.11.	Sloup v Čechách	Listopadové úvodní soustředění	58 172,80 Kč	41 622,80 Kč
12			Odměny trenérů	28 900,00 Kč	3 600,00 Kč
15			Kancelářské potřeby, doména	449,99 Kč	129,14 Kč
<b>CELKEM</b>				<b>168 565,85 Kč</b>	<b>76 000,00 Kč</b>
<b>Přiznaná dotace</b>				<b>76 000 Kč</b>	

Prvotní účetní doklady jsou uloženy v účetnictví LKS ČSOS.

## 12. Informace o činnosti SCM OB LK

SCM OB LK má již od roku 2013 webové stránky <http://www.scmjo.cz/>. Stránky jsou společné pro žákovskou i dorosteneckou sekci, nicméně obě sekce mají na stránkách jasně oddělené části. Web má přehlednou strukturu s možností přihlašovat se na akce přímo přes tuto stránku a také napsat případné doplňující informace k jednotlivým soustředěním. Trenéři mají možnost editovat články k jednotlivým akcím a vkládat další potřebné informace a data. Po uskutečnění akce jsou zde zveřejněné informace, výsledky, mapy ze soustředění, GPS analýzy a další.

## 13. Předpokládaný další vývoj

LKS ČSOS a kluby Ještědské oblasti mají i nadále zájem pokračovat v provozování Sportovního centra mládeže i v dalších letech.

V příštím období chceme pokračovat ve stávajícím systému akcí, zkvalitnit přípravu členů sportovního centra mládeže na vrcholné akce konkrétně zaměřeným soustředěním a nadále zlepšovat provázanost SCM a SCD a usnadňovat přestup talentovaných žáků do SCM.

Děkujeme Nadaci OB za poskytnutou finanční podporu a doufáme, že uspějeme se žádostí i na rok 2023.

Lučany nad Nisou 25. 11. 2022

Ing. Jan Kočlb  
garant projektu





18	LLI0404	Peterka Jakub	20.			8.	1.	1.	4.		13.	2.	29.
19	LLI0652	Balcarová Marie						28.	60.				
20	RUM0751	Nováková Viktorie											
21	TJN0605	Zurynek Jan				14.	20.	13.		11.		20.	23.
22	TJN0607	Pachnik Jędrzej					8.	19.					42.
23	TJN0650	Štemberová Bára				40.	65.			30.	9.	20.	
24	TJN0653	Skalová Jolana											
25	TJN0654	Háková Eliška											
26	TJN0656	Savruková Adéla				42.			49.		9.	20.	
27	TJN0658	Podoubská Adéla							59.				
28	TUR0409	Waldhauser Štěpán					26.	20.		19.	13.	2.	15.
29	TUR0450	Hudská Štěpánka				23.	56.	23.		29.		34.	35.
30	TUR0500	Heřmánek Petr				35.	44.	24.	47.		29.	30.	32.
31	TUR0503	Nejezchleb Vojtěch				19.				60.	34.	30.	49.
32	TUR0505	Hoetzel Hugo				28.	12.	1.	23.		29.	2.	27.
33	TUR0551	Novotná Michaela	7.	2.	2.	2.	1.	1.	1.	1.	1.	2.	1.
34	TUR0555	Martanová Lea	5.	12.	2.		3.	1.	7.	2.	1.	2.	4.
35	TUR0559	Mellanová Judita				13.	34.	20.	12.				22.

<b>36</b>	TUR0660	Lamačová Kateřina				35.	23.	24.	16.	36.	13.	30.	35.
<b>37</b>	TUR0701	Drahoňovský Tomáš					30.		38.	24.	29.	30.	
<b>38</b>	TUR0711	Tomášek Prokop				23.		20.	2.	4.	13.	2.	4.
<b>39</b>	TUR0751	Houžvičková Daniela				46.	20.	24.	37.		13.	30.	34.
<b>40</b>	VLI0652	Heczková Anna					31.			38.	22.	17.	
<b>41</b>	VLI0655	Vilémová Eliška				13.	17.	14.	9.	12.	22.	17.	
<b>42</b>	VLI0700	Podrábský Ctibor				21.	45.	14.	53.	20.	9.	17.	20.
<b>43</b>	VLI0702	Hyxa Jan				41.	32.	14.	10.	17.	9.	17.	21.
<b>44</b>	VLI0705	Podhorný Ondřej											
<b>45</b>	VLI0708	Beneš Filip							72.			17.	