

## Jednotné testování mládežnických reprezentantů

Jako součást nové filozofie Českého hokeje bylo v rámci péče o reprezentanty zavedeno jednotné testování hráčů širších kádrů mládežnických reprezentačních výběrů.

Záměrem je získat co nejpřesnější informace o fyzické připravenosti a tělesné stavbě hráčů.

Výsledky poslouží především pro individuální doporučení jednotlivým hráčům, ale také např. pro mezinárodní srovnání na základě dohody hokejových federací vybraných zemí.

Testování mimo led probíhá v prostorách FTVS UK v Praze a obsahuje následující položky: vertikální výskok a skok daleký z místa s využitím Kistlerových desek, shyby, Y-balance test, goniometrie hemstringů a Wingate test. Součástí je i antropometrie, konkrétně somatotyp a délka segmentů, tělesné složení DXA (včetně kostního zdraví a svalových asymetrií) a biologický věk (kategorie U16-U17) ze skenu DXA.

Testování na ledě proběhne na vybraném zimním stadionu a obsahuje tyto položky: přímý sprint na 36 metrů s měřením akcelerace 4 metry, Illinois Agility a test aerobní vytrvalosti (6x54 metrů) s měřením akcelerace ve 2., 4. a 6. úseku.

Jako první absolvovali v červnu testování hráči reprezentace ČR 20, videoreportáž naleznete zde: <https://www.ceskyhokej.cz/clanky/jak-to-vypada-na-testech-ceskych-mladeznickych-reprezentantu>

Testování pro ostatní kategorie letos proběhne ve druhé polovině srpna, nebo na začátku září. Pozvánky na testování s konkrétním termínem budou zveřejněny standardní cestou na webu ČH a rozeslány do klubů.