

# HP

knihovna časopisu

# HOKEJ

HOKEJ-PRES, v. o. s., vydavatelství, agentura, Jana Palacha 324, 530 02 Pardubice, tel., fax: 304 23



# TRENÉRSKÉ LISTY

ČÍSLO: 1 (jako příloha druhého čísla časopisu Hokej)  
ROK: 1994

ČSLH  
Za elektrárnou 419  
170 00 Praha 7  
TEL.: 02/ 37 54 47  
872 74 26  
872 74 30  
FAX: 02/311 60 96

# OBSAH:

1. Úvodní slovo  
Doc. PhDr. Josef Dovalil, CSc,  
předseda TMK ČSLH . . . . . 3
2. MSJ 1993/94 (Ostrava, Frýdek-Místek)  
— hodnocení, závěry  
Jaroslav Jágr, trenér ČR „20“ . . . . . 3
3. Poznatky a zkušenosti z výběru švédských juniorů  
(„16“, „17“) Nörrköping 18.— 21. 11. 1993  
Josef Straka, trenér ČR „18“ . . . . . 5
4. Zjišťování aerobních schopností pomocí 20 m  
kyvadlového běhu (úprava z překladu  
Sports Coach 14, 1991)  
Zdeněk Pavliš, metodik ČSLH . . . . . 13
5. Svazové informace — výměna trenérských průkazů  
Zdeněk Pavliš, metodik ČSLH . . . . . 14

Připravili: doc. PhDr. Josef Dovalil, CSc  
Zdeněk Pavliš

## Slovo úvodem

S jistým časovým odstupem se dnes zájemcům dostává do rukou — tentokrát ve formě přílohy časopisu HOKEJ — první ze série metodických listů, určených především trenérům ledního hokeje. Měla by se tak postupně zacelovat mezera, kterou mnozí, kdo se hokejem zabývají, v posledních letech pocítovali.

Tento stav měl různé příčiny: také lední hokej na všech svých úrovních procházel, a ještě prochází, mnohostrannou transformací. Odborné otázky byly mnohdy odsouvány do pozadí s tím, že to nejsou věci pro hokej důležité. Samotné označení metodika bylo zjednodušováno až zkracováno, často se vykládalo jako poučování, prosazování jednotného názoru na hru i trénink a nikoliv jako diskuse, hledání, využívání poznatků na racionálním, případně vědeckém základě.

Je jen dobře, že opět sílí hlasy kritizující metodickou oblast Českého svazu ledního hokeje a volající po obnovení pramenů odborné rozpravy a rozšiřování nových pohledů či poznatků. Nově zaváděnou přílohou by se tak do horizontu trenérské veřejnosti měly dostávat materiály, které v dřívějších letech vydávaly různé federální i české hokejové orgány (časopisy Trenér, Zpravodaj komise vrcholového hokeje apod.).

Aby se český hokej dokázal udržet ve světové špičce, již konkuruje s daleko nejmenším počtem aktivních hráčů, musel již před lety nastoupit cestu intenzivního využívání všech dostupných znalostí, jejich inovace a přetváření v kvalitní tréninkový proces. Platí to v neztenčené míře i pro současnost. Nemáme jako jiné hokejové země potřebnou širší členskou základnu, nemůžeme si pomáhat získáváním hráčů ze zahraničí ani počty zimních stadiónů, přírodní podmínky a další vybavení nejsou takové, jakými disponují hokejově vyspělé země. Naše cesta — chceme-li se udržet ve světové špičce — se jako dříve musí mj. zakládat na zaujetí hráčů, trenérů, rozhodčích i funkcionářů, ale i na vysoké odbornosti všech zúčastněných, na kvalitní práci.

V tomto směru chce napomáhat metodická příloha. Naší snahou je postupně vytvořit zdroj, který by byl užitečnou tribunou informací a názorů: především o tréninku (kondice, technicko-taktická příprava, psychologická příprava) a jeho zabezpečení (regenerace, výživa, zdravotnické otázky). Rádi bychom přinášeli také aktuální informace nejrůznějšího druhu, hodnocení soutěží, akcí reprezentačních družstev, chceme čerpat z domácích i zahraničních pramenů (překlady, zprávy ze stáží). V neposlední řadě odborné názory trenérů.

Měli bychom překonávat nechuť hledat nové cesty, zamýšlet se nad zavedenými pravdami. Naopak je nutno přicházet třeba i s rizikem, o odborné věci se přit. diskutovat. Řada trenérů je ochotna na různých setkáních a seminářích vyslechnout, co se jim přednáší (a často kriticky to zhodnotit). Méně však jsou již ochotní přicházet s vlastními poznatky, sdělit zkušenosti. Lze do jisté míry chápat obavy z konkurence ostatních, ale jako celek tím náš hokej ztrácí a poznatkově chudne. I tímto úvodem se proto obracíme na trenérskou veřejnost s výzvou o příspěvky. Většina vynikajících trenérských osobností o hokeji nejen usilovně přemýšlela, ale dovedla také něco smysluplného napsat a sdělit v odborném tisku. Teoretická reflexe vlastní práce, publikace, vystupování na odborných setkáních, to vše představuje nenahraditelnou školu vlastního růstu a nemělo by to být chápáno jako ztráta času. Tzv. „kult praxe“ neznamená ve skutečnosti nic jiného než povrchnost, absenci opravdového tvůrčího přístupu.

Jako každá začínající aktivita, ani předkládané stránky se nevyhnou některým nedostatkům. Rádi bychom proto slyšeli Váš názor na přílohu, její zaměření, případné náměty, co by nemělo chybět atd. Příklad bychom si — a uděláme vše, co bude v silách nevelkého aktivu spolupracovníků — aby v čase budoucího bilancování mínění odborné veřejnosti nedospělo ke stanovisku, že stránky, které Vám chceme předkládat, byly zbytečné.

doc. PhDr. Josef Dováčil, CSc.  
předseda trenérsko-metodické komise  
Českého svazu ledního hokeje

## MSJ 1993/94 — Ostrava, Frýdek-Místek

Hodnocení, závěry.

Jaroslav JÁGR — trenér ČR „20“

### Výběr hráčů

Do širšího kadru družstva bylo zařazeno před touto sezónou 41 hráčů. Z tohoto počtu bylo 35 juniorů na soupiskách mužstev ELH, pět nastupovalo v týmech I. Národní hokejové ligy a jeden hrál v dorostenecké lize. Hráči byli kromě akcí juniorské reprezentace ČR 20 sledováni po celou sezónu oběma trenéry během utkání jejich týmů. Ve snaze mít co možná nejvíce informací pomáhali při sledování i trenér národního mužstva p. S. Neveselý, trenér juniorů p. J. Straka a metodik svazu p. J. Kováč. Je možno říci, že před závěrečným soustředěním jsme měli rozbor hry adeptů pro národní družstvo juniorů z více než stovky utkání. Díky statistikovi ČSLH panu J. Novákovi jsme měli objektivní statistické informace o jednotlivých hráčích v průběhu celé sezóny.

První vystoupení české reprezentace na MSJ se muselo obejít bez hráčů Slovenska (Demitra, Šatan, Krišák, Tatár, Saľoň, Čierny, Hecl a Hodoň). Je třeba říci, že v tomto ročníku

(rok narození 1974) byli hlavně slovenští útočníci výkonnostně lepší než jejich české protějšky.

V Kanadě a USA v současnosti působí obránci Hamrlík Roman, Hamr, Bičánek, Kroupa, z útočníků pak Polášek, Kacíř, Bonk, Sychra, Grošek, Nedvěd a Prospal. Posledně dva jmenovaní projevili zájem prostřednictvím managerů svých klubů o účast v závěrečném soustředění před MSJ a bylo jim vyhověno. Zájem projevili i Bičánek a Hamr, ale vzhledem k tomu, že kluby v nichž v současné době působí nemají vyřízeny finanční otázky s českými kluby bylo z naší strany stanovisko zamítavé.

Ze zdravotních důvodů se nemohli MS zúčastnit hráči Neckář, Huml, Němeček, Špelda, Varaďa.

V širší nominaci na závěrečné soustředění bylo 23 hráčů + 3 brankáři. Na poslední chvíli byl namísto zraněného Humla povolán Václav Král.

## Hodnocení akcí v sezóně 93/94

Během těchto akcí jsme si chtěli ověřovat výkonnost jednotlivých hráčů se snahou o vytvoření kostry mužstva, která by byla obměňována jen v nutných a vynucených případech, popř. z hlediska objektivních příčin (nemoc, zranění, rapidní pokles formy atd.)

Na začátku této sezóny se herně prosazovala pardubická útočná řada Bartoška, Slabý, Blažek, ale během sezóny se u prvně dvou jmenovaných projevily poklesy výkonnosti, který pak během závěrečného soustředění byl nejmarkantnější. Útočná formace Prokůpek, Bonk, Sýkora byla pro naše mužstvo

i pro náš hokej velkým příslibem, ale po odchodu Bonka do zámoří se prakticky rozpadla. Během turnaje ve Füssenu byl našim nejlepším útokem Prokůpek, Blažek, Huml, ale posledně jmenovaný se těsně před MSJ zranil. Hodně jsme též spoléhali na dvojici Vlasák a Výborný, oba hráči s přibližně stejným herním projevem měli být naší údernou silou hlavně v přesilových hrách a v důležitých momentech utkání. Bohužel, kromě červnové akce v Příbrami se během sezóny nesešili. Je třeba na tomto místě konstatovat, že jako trenéři jsme v průběhu všech akcí tohoto družstva museli v sestavě neustále improvizovat.

## Přehled všech utkání v sezóně 93/94 (mimo MSJ):

1.	2.	4. 93	Německo 20	16:1 (6:0, 4:0, 6:1)	Nymburk	10.	30.	9. 93	Rusko 20	5:2 (1:2, 2:0, 2:0)	Kuhmo
2.	3.	4. 93	Německo 20	13:0 (4:0, 4:0, 5:0)	Nymburk	11.	1.	10. 93	Finsko 20	3:4 (0:0, 1:4, 2:0)	Kajaani
3.	8.	4. 93	Rakousko A	3:3 (1:1, 2:0, 0:2)	Zell am See	12.	5.	11. 93	Švýcarsko 20	6:3 (1:3, 3:0, 2:0)	Füssen
4.	16.	6. 93	ČR 18	4:2 (2:0, 1:1, 1:1)	Příbram	13.	6.	11. 93	Německo 20	6:4 (1:1, 4:2, 1:1)	Füssen
5.	19.	6. 93	ČR 18	10:3 (6:2, 4:1, 0:0)	Příbram	14.	7.	11. 93	Německo 19	10:2 (3:0, 3:2, 4:0)	Füssen
6.	8.	7. 93	Škoda Plzeň A	5:4 (4:1, 1:1, 0:2)	Plzeň	15.	8.	12. 93	Vitkovice A	3:6 (1:2, 1:2, 1:2)	Fr.-Místek
7.	30.	7. 93	CHP Litvínov A	2:8 (0:2, 1:4, 1:2)	Litvínov	16.	21.	12. 93	Polsko A	6:2 (2:1, 2:1, 2:0)	Haviřov
8.	26.	8. 93	VTJ Tábor	9:2 (3:2, 3:0, 3:0)	Slaný	17.	22.	12. 93	Polsko A	6:3 (1:1, 2:1, 3:1)	Ostrava
9.	29.	9. 93	Švédsko 20	6:1 (1:1, 2:0, 3:0)	Vuokatti						

## Závěrečné soustředění před MSJ — Ostrava 15.—23. 12. 1993

Cílem této akce bylo pomocí kvalitního regeneračního procesu obnovení jak fyzických tak i psychických sil hráčů po náročném ligovém programu. Stabilizování složení jednotlivých formací. Teoretické a praktické zvládnutí obranných systémů 1—4 a 2—1—2 s bránícím levým křídlem, nácvik přesilových her a hry v početním oslabení. Ověření herního systému a výkonnosti jednotlivých hráčů během 3 přípravných utkání. Zlepšit výkonnost brankářů pomocí speciálních a individuálních tréninků.

Celé soustředění bylo jak po stránce organizační tak i materiálově perfektně zajištěno. Hráči absolvovali 9 TJ na ledě o celkovém objemu 12,5 hod. Teoretické přípravy jsme věnovali tři hodiny. Pro regeneraci jsme využívali špičkového pracoviště v Hrabyni, jejímž ředitelem je lékař realizačního týmu ČR „20“ MUDr. Z. Blažek. Zde jsme absolvovali 7 hodin regeneračního programu.

Přípravné zápasy splnili svůj účel a to hlavně z důvodů konečné nominace. Do závěrečného kádru hráčů se nedostali: Bartoška, Slabý a zraněný Král (na místo něho byl povolán jihlavský Marha), zranění vyřadilo i obránce Špeldu a jako třetí brankář zůstal s mužstvem Slávik.

Závěrečná nominace na MSJ vypadala takto:  
brankáři — Franěk, Miklenda (náhr. Slávik),  
obránci — Kowalczyk, Škuta, Malík, Špaček, Procházka, Rajnoha, Zubíček a Tesařík (s kterým se počítalo i na post útočnicka),  
útočníci — Výborný, Vlasák, Sýkora, Nedvěd, Navrátil, Sedlák, Prospal, Blažek, Prokůpek, Smítal, Steiner a Marha.

Podle našeho názoru by si taková akce jako je MSJ zasloužila větší objem společné tréninkové přípravy.

## Výsledky turnaje MSJ a střelci branek našeho družstva:

18.	ČR „20“	— Rusko 20	1:5	Navrátil	22.	ČR „20“	— Švédsko 20	4:6	Malík, Marha, Sýkora, Nedvěd
19.	ČR „20“	— Finsko 20	3:7	Sýkora 2, Kowalczyk	23.	ČR „20“	— Kanada 20	4:6	Marha, Sedlák, Sýkora, Vlasák
20.	ČR „20“	— Švýcarsko 20	6:0	Výborný, Špaček, Kowalczyk, Nedvěd, Marha, Malík	24.	ČR „20“	— USA 20	7:3	Sýkora 2, Prospal, Nedvěd, Marha, Kowalczyk, Špaček
21.	ČR „20“	— Německo 20	6:2	Vlasák 2, Prokůpek, Škuta, Nedvěd, Výborný					

## Technicko-taktické hodnocení hry mužstva

Jedním z cílů přípravy tohoto mužstva před MSJ bylo zvládnutí hry v přesilovkách. Celkový vzorec založení útoku v PH a vlastní hra v ÚP i s finální přihrávkou byly družstvem velmi dobře realizovány, problémem zůstalo vlastní zakončení celé akce (a to někdy i do prázdné branky). V procentu úspěšnosti hry mužstva v početní převaze jsme byli navzdory špatné koncovce klasifikováni jako čtvrtí (14,7 %) těsně za Rusy (15,25 %) a daleko před Finy (9,12 %).

Daleko hůře se dařila hra v početním oslabení, která byla částečně ovlivněna nestabilními výkony brankářů a některých obránců. Někteří hráči se jen těžko adaptovali na změnu obranného systému z 2—2 na 1—2—1. V závěrečném hodnocení jsme skončili až na 7. místě.

V útočné činnosti při rovnovážném stavu hráčů na ledě jsme byli daleko lepší než při defenzivě, což podtrhuje i naše střelecké procento úspěšnosti (9,25 %), které bylo třetí nejlepší.

Rozbor hry mužstva v obraně by si jistě zaslouhoval daleko hlubší analýzu, ale podstatou zůstávají výkony gólmánů, kteří v celkové klasifikaci skončili až na samém dně hodnocení, z hlediska úspěšnosti zásahů. Pro zkvalitnění hry v zadních řadách nám po celou dobu mistrovství chyběli dva kvalitní obránci typu Vopata. Složení třetí obranné dvojice bylo před každým utkáním tím největším problémem. Výkony právě této obranné dvojice v podstatě

negativně ovlivnily výsledky utkání se Švédskem a Kanadou. Je třeba říci, že v některých momentech utkání naši útočníci hráli s daleko menší koncentrací na obrannou činnost a v určitých fázích utkání i nedisciplinovaně.

Jako jedno z dalších kritérií pro analýzu hry mužstva v obraně může být hodnotící škála defenzivní činnosti (hra tělem, dovolené blokování tělem nebo hokejkou, obsazování hráčů bez kotouče, zabíjení střel či bodyček) z hlediska praktikování těchto obranných činností jsme skončili až na posledním místě (podle statistických údajů vydaných oficiálně po skončení MSJ).

Stalo se to, čeho jsme se obávali před samotným turnajem a na co byli hráči během něho upozorňováni. Jde v podstatě o to, že většina hráčů byla více koncentrovaná na „sbírání“ bodů do kanadského bodování, než na dobrou obrannou činnost.

Celkově je možno hodnotit naše družstvo jako daleko lepší v ofenzivní části hry než v obranné. Pro dokreslení uvádíme ještě další nedostatky: malý důraz v osobních soubojích po celé ploše kluziště, velké procento prohraných vzhování, naši hráči přestávají bruslit po ztrátě kotouče (malá vůle po jeho znovuzískání), malá agresivita během hry v početním oslabení, u obránců hra bez kotouče, u některých hráčů malá úroveň schopností improvizovat, neadekvátní úroveň kondiční připravenosti a psychická labilita).

## Závěry

Stále nám odcházejí nejtalentovanější mladí hráči juniorského věku do zámoří. Jenom v tomto mužstvu pro letošní MSJ nám chybělo 12 českých hráčů působících v Kanadě a USA.

Úkolem pro nastávající období zůstává najít takovou právní normu ve formě smlouvy (podobně jako ve Švédsku), která by omezovala tento odliv mladých hráčů. Při legálních odchodech pak zahrnout do smluv uvolňování těchto hráčů pro MSJ, s čímž jak je již zjištěno, bude souhlasit i druhá strana.

Během sezóny dochází k velkým výkyvům úrovně fyzické kondice v této věkové kategorii, která se pak přímo odráží i do sportovní formy hráčů, a to už ať z důvodů jejich přístupu k tréninku, celkového režimu dne a nedostatečné motivace reprezentovat.

Proto je do budoucna potřeba mít všechny hráče širšího re-

prezentačního výběru pod neustálou kontrolou. K tomu je zapotřebí provádět jejich funkční vyšetření během společných akcí.

Poslední čtyři ročníky MSJ vždy naše mužstvo po špatném začátku podávalo v druhé části turnaje daleko lepší výsledky.

Řešení zůstává otázkou odborné diskuse. Podstatným ale zůstává přizpůsobit závěrečnou přípravu tak, aby odpovídala vyššímu tempu hry, která je dominující v této věkové kategorii. To znamená zvyšovat intenzitu tréninku v závěrečné přípravě, výběr odpovídajících sparringpartnerů těsně před turnajem a v neposlední řadě i volba vhodné motivace.

Velkým úkolem pro budoucnost českého hokeje je najít prostředky pro zkvalitnění tréninkové práce s mládeží, zachování její koncepčnosti a úrovně, kterou si zaslouží.

## Hodnocení hráčů na MSJ 1993/94

### Brankáři

Jméno	PU	min.	B	Z	.PB	% úspěš.	koef.
Franěk	7	138,15	12	12	5,21	80,88	113,68
Miklenda	2	41,45	3	10	4,34	76,92	100,17
Slávik	5	240,00	13	55	3,25	78,18	62,14

### Obránci

Jméno	PU	G	A	KB	+	-
Malík	7	2	4	6	16	8
Kowalczyk	7	3	2	5	10	9
Špaček	7	2	0	2	15	5
Zubíček	5	0	2	2	3	9
Škuta	7	1	0	1	8	8
Rajnoha	7	0	1	1	5	9
Tesařík	5	0	0	0	0	5
Procházka	5	0	0	0	3	5

### Útočníci

Jméno	PU	G	A	KB	+	-
Sýkora	7	6	2	8	10	7
Nedvěd	7	4	3	7	15	6
Výborný	7	2	5	7	12	10
Marha	5	4	0	4	5	3
Vlasák	7	3	1	4	6	8
Prokúpek	6	1	2	3	8	3
Navrátil	7	1	2	3	13	8
Blažek	7	0	3	3	7	5
Sedlák	7	1	1	2	4	7
Prospal	7	1	1	2	7	9
Smital	6	0	2	2	4	4
Steiner	5	0	0	0	2	7

## Poznatky a zkušenosti z výběru švédských juniorů „16“ — „17“

Nörrköping 18. 11. — 21. 11. 1993

Josef Straka, trenér ČR „18“

Ve dnech 18. 11. až 21. 11. 1993 jsme se zúčastnili výběru švédské 16 a 17 společně s Marianem Meňhartem z Litvínova a Kamilem Glabazňou z Vítkovic (oba reprezentanti ČR „17“). Pokračuje tím dobrá tradice, kterou začal před deseti lety Stanislav Neveselý a Slavomír Lener účastí na výcvikových tréninkových kempech juniorů a vzájemným předáváním zkušeností z našeho a švédského hokeje. Poslední návštěvu švédského kondičního trenéra Larse Lissperse a hráčů Stefana Bjorka a Henrika Renberka se uskutečnila v červnu na VT — v Příbrami společně s ČR „18“.

Naše malá výprava se poprvé zúčastnila výběru švédských juniorů do 16 a 17 let. Švédové vzhledem k rozloze tento výběr mají rozdělen na sever a jih. Výběr probíhal na 2 etapy:

11. 11. — 14. 11. 1993 v Bollnas

18. 11. — 21. 11. 1993 v Nörrköpingu.

Na každém srazu bylo 68 hráčů (34—16 a 34—17). Naši hráči byli zařazeni do družstva 17 A a 17 B. Prošli jsme celým výběrem dle

programu, kromě teorie, kterou měli Švédové v kasárnách, kde byli také společně ubytováni a zde se i stravovali. My jsme byli ubytováni v hotelu v blízkosti sportovního areálu.

Program začal v 7.00 hodin a končil ve 22.00 hod.

- den byl trénink brankářů — večer první výběrový zápas.
- den — dopoledne COOPER test a ukázka testů na sílu, rychlost a pohyblivost, odpoledne trénink na ledě — obránci a útočníci — samostatně, večer — 2. výběrový zápas.
- den — dopoledne testy síly a pohyblivosti, odpoledne trénink — led, společně O+Ú — nácvik kombinací, večer třetí výběrový zápas. V sobotu — přijelo také 20 švédských trenérů, kteří měli trenérský seminář s praktickou ukázkou testů — teorii — sledování večerního výběrového utkání.
- den — švédští trenéři pokračovali v semináři — teorii a shlédli poslední výběrový zápas. Vzhledem k počasí — hustě sněžilo — jsme se posledního zápasu nezúčastnili a v 9.00 hod. jsme cestovali domů.

### Shrnutí

- Švédové provádí každý rok jak výběr juniorů — „16“, tak i výběr juniorů „17“. Při výběru Švédské — „17“ jsou už zařazeni hráči bývalé Šv. — „16“, ale také 10—12 nových hráčů, jak při výběru na severu tak i na jihu Švédska.
- Při výběru jsou zařazeny pravidelně se opakující testy.
- Během dopoledne a odpoledne mají speciální tréninky pro brankáře-obránce-útočníky. Jde především o individuální činnosti jednotlivce, bruslení, obratnost při bruslení, vedení kotouče, přihrávku, zpracování přihrávky, situace 1—0, 2—0, 3—0.
- V průběhu výběru probíhá teorie zaměřená na vysvětlování — proč dělat testy, hráči dělají testy poprvé. Teorie je zaměřena na základy tréninku, „kuchařku“ — co má umět a znát junior 16—17. Dále jsou seznámeni s kondičním programem na období 16—17.
- Sledování se zúčastnily realizační týmy 16—17, tj. 10 osob.
- Během výběru sehrají 4 výběrová utkání a 4 tréninky na ledě. Utkání dle pravidel, 3 x 20 min. Sestavy se mění po každém utkání. Hráči jsou sledováni trenéry specialisty: brankáři, obránci, útočníci.
- Poslední dva dny probíhá výběr před zraky vlastních oddílových trenérů, kteří mají seminář. Dva dny sledoval nové hráče i trenér Šv. — „18“ Stefan Bergqvist.
- Z vedení Švédského svazu se zúčastnil pouze Tomy Tomth, odpoledne první den.
- Švédové měli ubytování a stravování ve vojenské posádce v Nörrköpingu.

10. Švédská reprezentace „17“ se zúčastní s tímto výběrem — World Hockey Challenge v Amosu (Quebec) v Kanadě na přelomu roku jako naše reprezentace.

11. Kamil Glabazňa a Marian Meňhart se zúčastnili celého programu výběru švédské „17“. Sehráli tři výběrová utkání, 3 tréninky na ledě, testů. V utkáních vstřelil Glabazňa 1—4—0 branky a Meňhart 1—0—0 branky. V Cooper testu byl Meňhart na 4.—5. místě časem 11.15 min. a Glabazňa na 12.—13. místě časem 11.30 min. Testy síly dělal pouze Meňhart, neboť Glabazňa měl problémy s ramenem. V síle patřil Marian k nejlépe silově připraveným hráčům: běh s 50 kg — 28x, podřepky s 90kg činkou — 30x, leh-sed — 15x.

Celkově po herní stránce, ale i po stránce fyzické připravenosti byli naši hráči zařazeni mezi nejlepší hráče výběru. Po společenské stránce se žádné problémy nevyskytly. Hráči na závěr obdrželi drobné upomínkové předměty mezi něž patřil i švédský dres se třemi korunkami.

Závěrem bych chtěl podotknout, že v průběhu všech tréninků byla tréninková kázeň naprostou samozřejmostí. Tréninkové jednotky byly zaměřeny především na přesnost provádění jednotlivých cvičení. Ať už se jednalo o trénink brankářů, obránců či útočníků. Každá chyba v individuální činnosti jednotlivce — bruslení, vedení kotouče, přihrávka, zpracování přihrávky atd. — byla hned opravována, trénink byl často přerušován. Z tohoto důvodu tréninkové jednotky neměly vysokou intenzitu, ale znovu zdůrazňuji, že šlo o přesnost provedení cvičení.

# ZÁZNAM TRÉNINKOVÉ JEDNOTKY

**Mužstvo:** VÝBĚR  
ŠVÉDSKO „17“

**Datum:** 18. 11. 1993

**Číslo TJ:** 1

**Čas:** 9.00—9.50

**Obsah tréninku:** TRÉNINK  
BRANKÁŘŮ

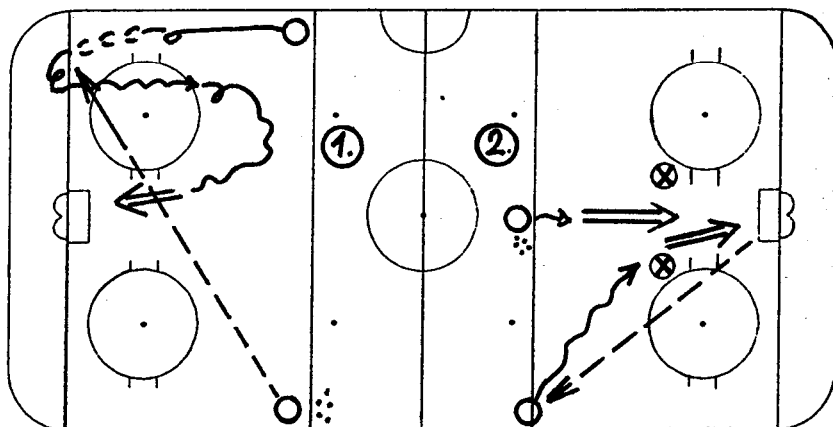
**Grafické znázornění:** 4 BRANKÁŘI  
+ 12 STŘELCŮ

1. (5 min.) — Příhrávka do jízdy vzad  
— obrat — jízda vpřed — střelba.

(Pauza 2 min.)

2. (5 min.) — Střelba od modré čáry  
— rozehrávka na křídlo — nájezd mezi  
stojany — střelba.

(Pauza 2 min.)

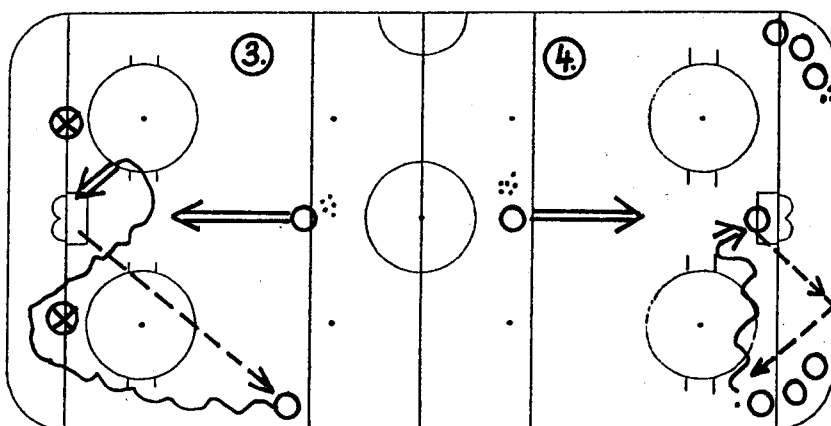


3. (5 min.) — Střelba na lapačku  
— rozehrávka od brankáře na křídlo  
— jízda kolem stojanu — zakončení akce.

(Pauza 2 min.)

4. (5 min.) — Střelba na lapačku  
— rozehrávka do rohu — nájezd z rohu  
— zakončení akce.

(Pauza 2 min.)

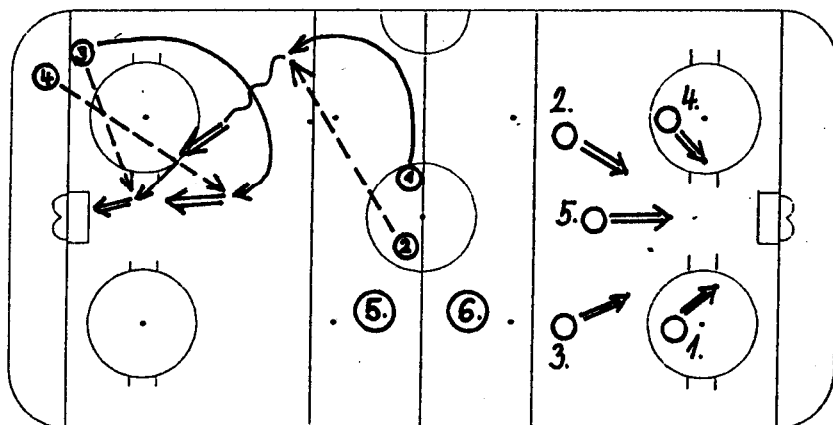


5. (5 min.) — Hráč č. 1 — nájezd k mantinelu  
— hráč č. 2 přihrává — nájezd, střelba  
— nájezd před branku, opakovaná střelba  
po přihrávce z rohu. Z rohu hráč nájezd  
k modré čáře — přihrávka — střelba.

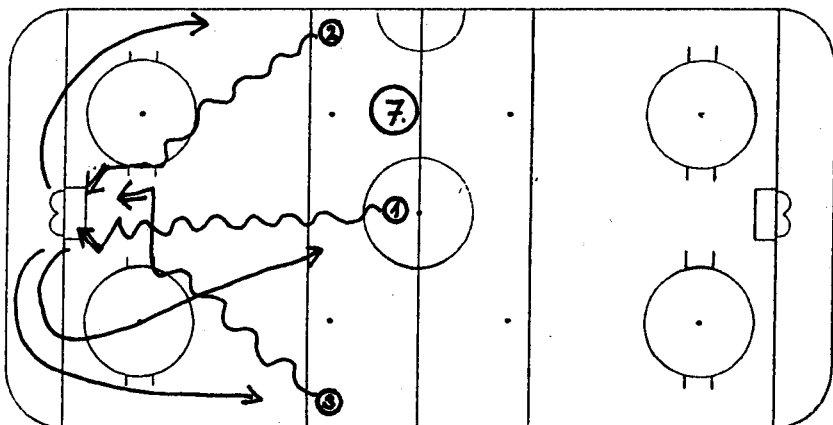
(Pauza 2 min.)

6. (5 min.) — Střelba z místa — střídavě.

(Pauza 2 min.)



7. (5 min.) — Samostatné nájezdy.



Režimy / zatížení: O2, Sm.

— technika chytání  
— časté opravování chyb

# ZÁZNAM TRÉNINKOVÉ JEDNOTKY

Mužstvo: VÝBĚR  
ŠVÉDSKO „17“

Datum: 19. 11. 1993

Číslo TJ: 2

Čas: 14.00—15.20

Obsah tréninku: TRÉNINK  
OBRÁNCŮ

Grafické znázornění: 12 OBRÁNCŮ  
+ 2 BRANKÁŘI

Rozbruslení (10 min.)  
Jízda vzad, vpřed, obraty ...

1. (5 min.) Start z modré čáry na červenou čáru, obrat — jízda vzad — u mantinelu vztít kotouč — obrat do jízdy vpřed — střelba (Hcv—CP)

(Pauza 3 min.)

2. (4 min.) Přihrávky do jízdy vzad na kruhu a zpět — jízda s kotoučem — obrat — střelba (Ná—O2).

(Pauza 3 min.)

3. (5 min.) Střela na brankáře — ten rozehraje kotouč za branku — střelující hráč start do rohu — přihrávka na druhého obránce o mantinel. První hráč start před branku na tečování (Hcv—Sm). Pítí — delší odp. čas.

(Pauza 8 min.)

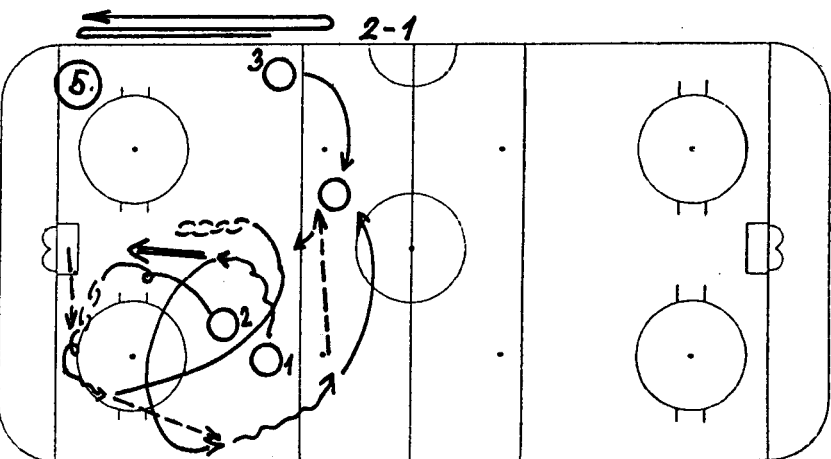
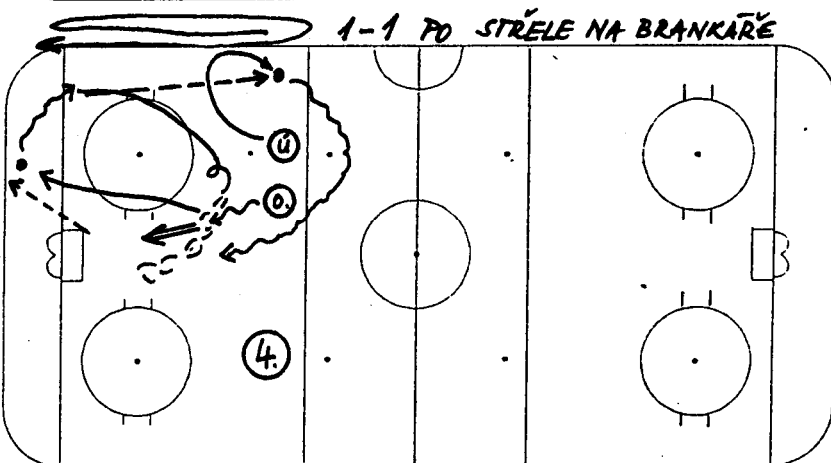
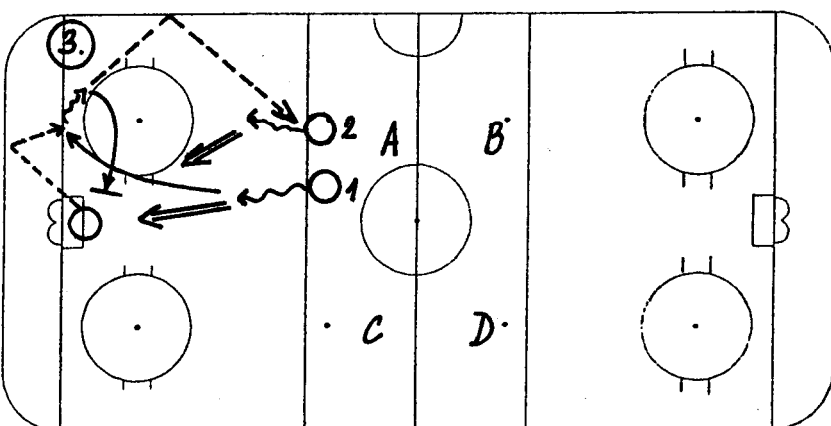
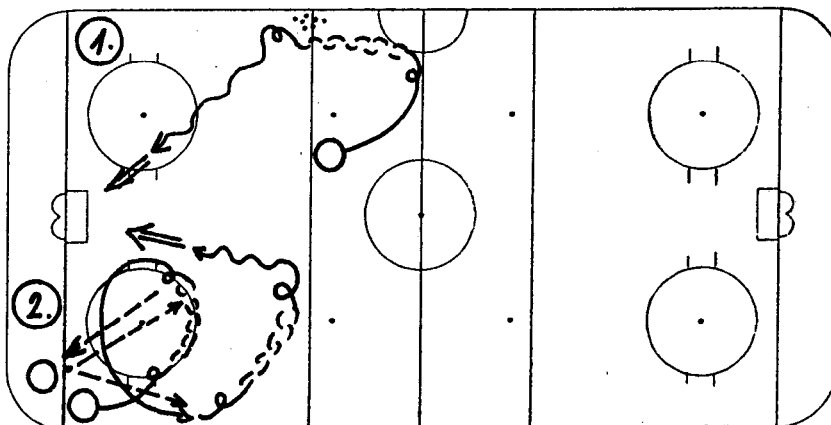
4. (10 min.) Cvičení 1—1. Střelba na brankáře — přihrávka do rohu — střelující hráč — start za kotoučem — kolmá přihrávka na najždějícího hráče a situace 1—1.

Zprava — zleva. (Hcv—CP). Pítí.

(Pauza 5 min.)

5. (8 min.) Křížení. Cvičení 2—1. Nastřelení puku na brankáře, který rozehrává do rohu. Druhý hráč start do jízdy vzad převezme kotouč — obrat do jízdy vpřed přihrávka na prvního najždějícího hráče od mantinelu, situace 2—1 — křížení, třetí hráč start (Hcv—Sm).

(Pauza 5 min.)



# ZÁZNAM TRÉNINKOVÉ JEDNOTKY

Mužstvo: VÝBĚR ŠVÉDSKO „17“

Datum: 19. 11. 1993

Číslo TJ: 2

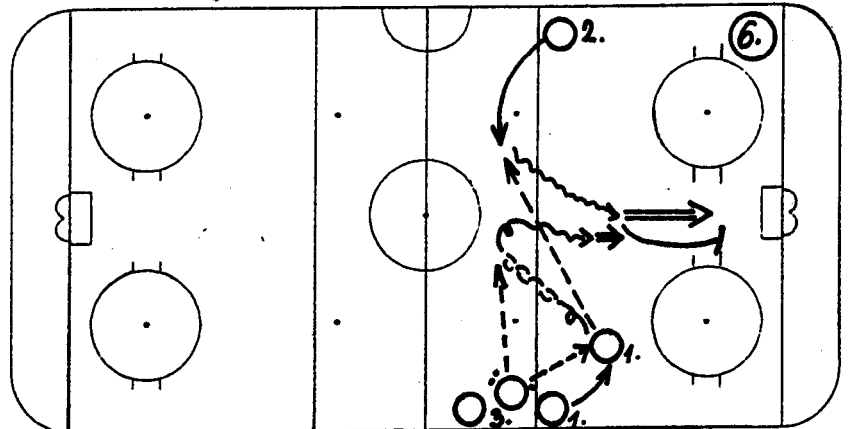
Čas: 14.00—15.20

Obsah tréninku: TRÉNINK OBRÁNCŮ

Grafické znázornění: 12 OBRÁNCŮ + 2 BRANKÁŘI

6. (10 min.) Hráč č. 3 přihrávka hráči č. 1 do jízdy, ten přihrává hráči č. 2 — nájezd — střelba — start před branku — tečuje — hráč č. 1 obrat do jízdy vzad — dostává přihrávku od mantinelu od hr. č. 3 — obrat do jízdy vpřed — střelba — hráč č. 2 tečuje (Hcv—CP).

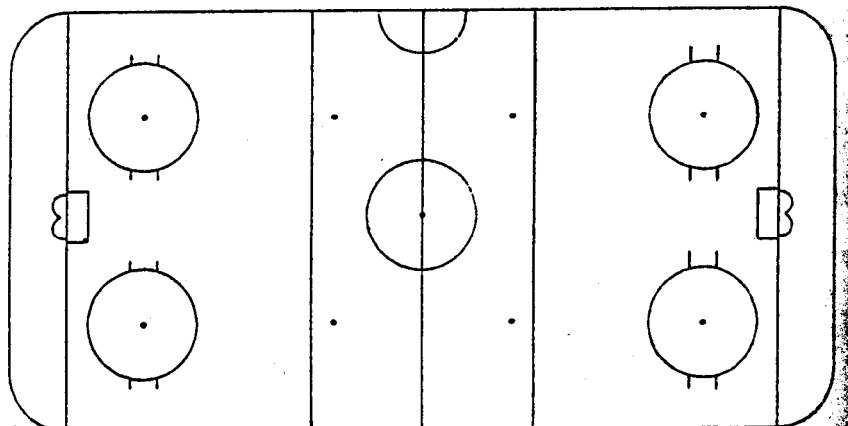
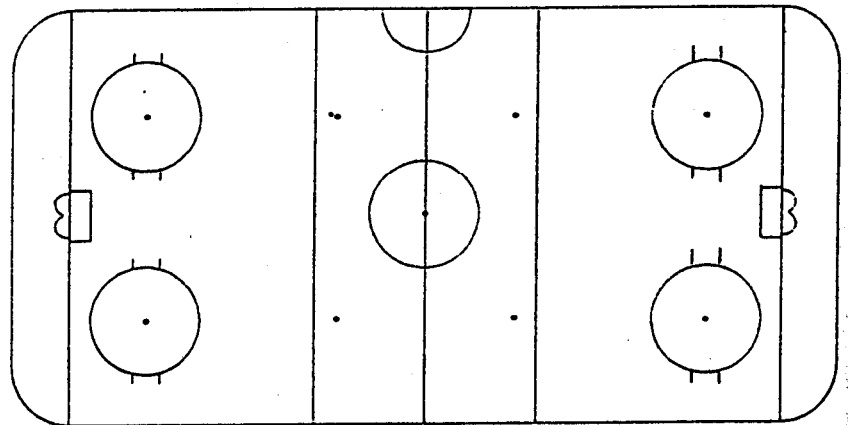
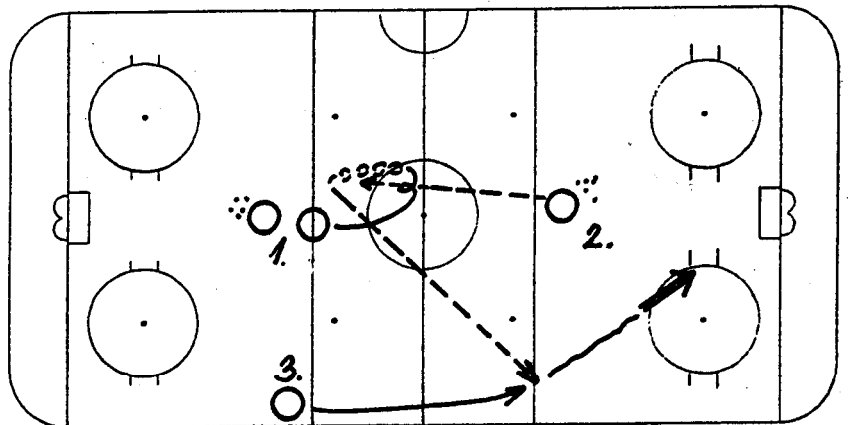
(Pauza 5 min.)



7. (10 min.) Hráč č. 1 — start z m. č. — obrat do jízdy vzad — dostává přihrávku od hráče č. 2 — bez přípravy přihrávka na hráče č. 3 — zpracování a střelba z jízdy.

(Pauza 5 min.)

(5 min.) Volné bruslení.





# ZÁZNAM TRÉNINKOVÉ JEDNOTKY

Mužstvo: VÝBĚR ŠVÉDSKO „17“

Datum: 19. 11. 1993

Číslo TJ: 3

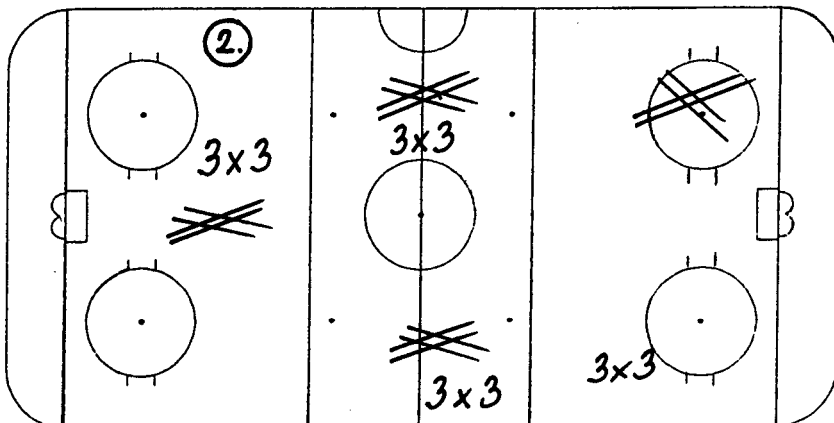
Čas: 15.30—16.50

Obsah tréninku: TRÉNINK ÚTOČNÍKŮ

Grafické znázornění:

1. (10 min.) Bruslení — jízda vpřed — vzad — překládání obratnost — strečink.

2. (3 min.) Hra 3 x 3, ve všech pásmech (Hr—Sm).

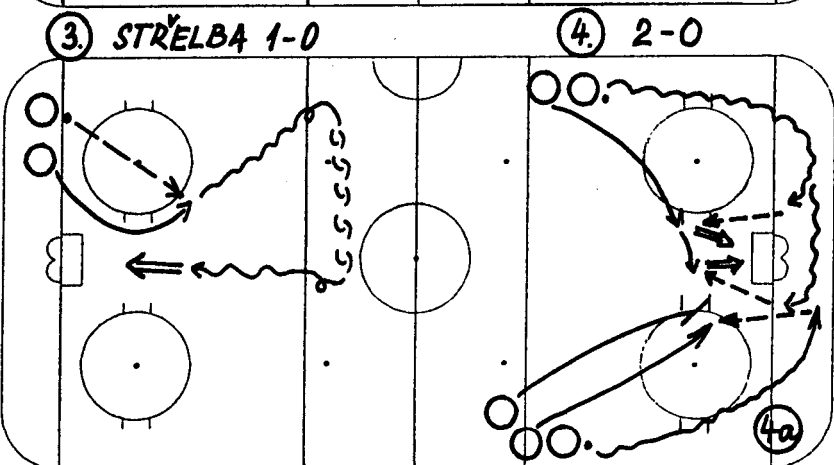


3. (8 min.) Střelba — obratnost při vedení kotouče (Hcv—Sm).

4. (8 min.) 2—0 střelba po přihrávce od 1. tyčky nebo po objetí branky (Hcv—CP).

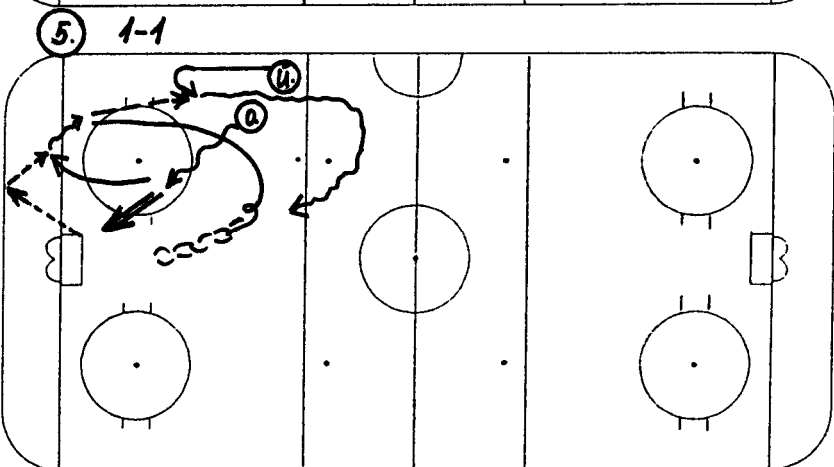
4a. Pasivní clonění najíždějícího hráče.

(Pauza 3 min.)



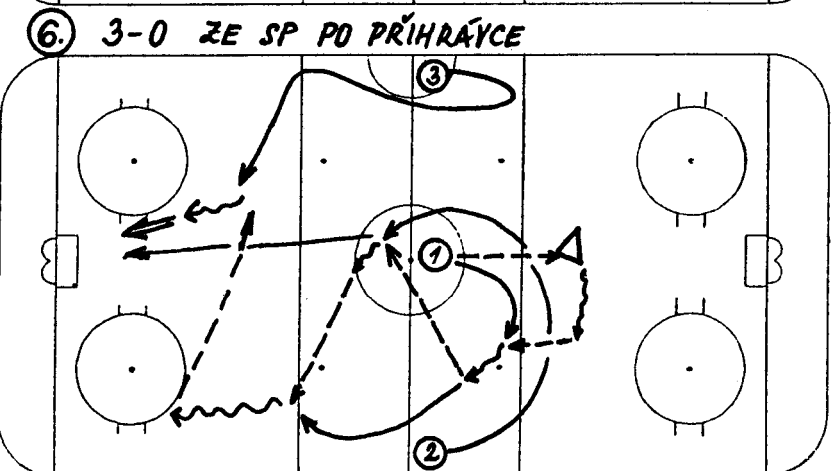
5. (10 min.) 1—1 po nastřelení kotouče na brankáře — ten rozehraje kotouč do rohu o mantinel — kolmá přihrávka na druhého najíždějícího hráče a následuje situace 1—1 (Hcv—CP).

(Pauza 3 min.)



6. (15 min.) Křížení SÚ—LK. 3—0 ze SP po přihrávce. SÚ — přihrává na obránce — křížení s LK — obránce přihrává zpět SÚ — ten LK, LK zpět na SÚ a jede do ÚP. PK — nájezd podél mantinelu — sjíždí po m. č. na osu hřiště — přijímá přihrávku od SÚ a střílí (Hcv—CP).

(Pauza 5 min.)



# ZÁZNAM TRÉNINKOVÉ JEDNOTKY

Mužstvo: VÝBĚR ŠVÉDSKO „17“

Datum: 19. 11. 1993

Číslo TJ: 3

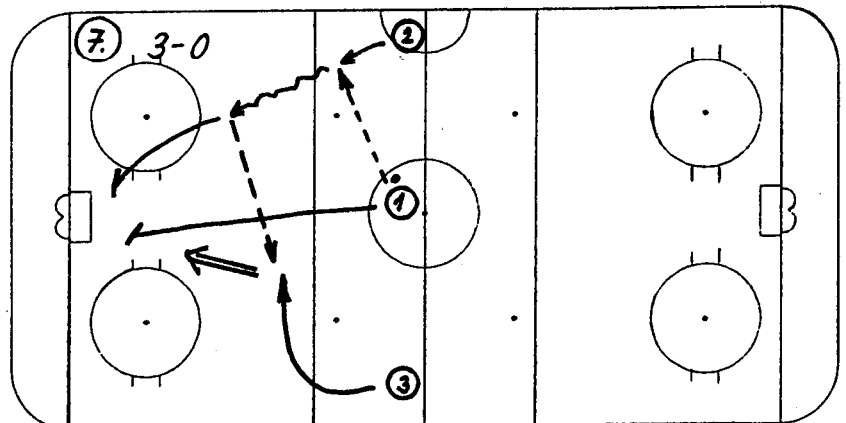
Čas: 15.30—16.50

Obsah tréninku: TRÉNINK ÚTOČNÍKŮ

Grafické znázornění:

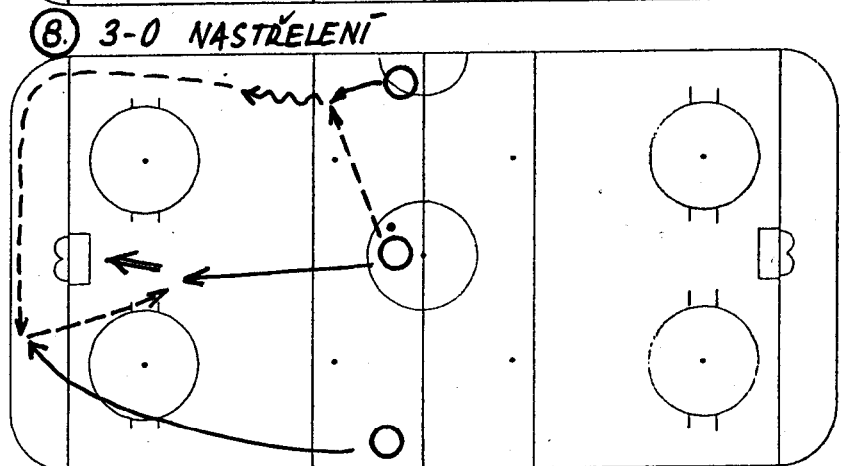
7. (5 min.) 3—0 střelba bez přípravy (Hcv—CP).

(Pauza 3 min.)



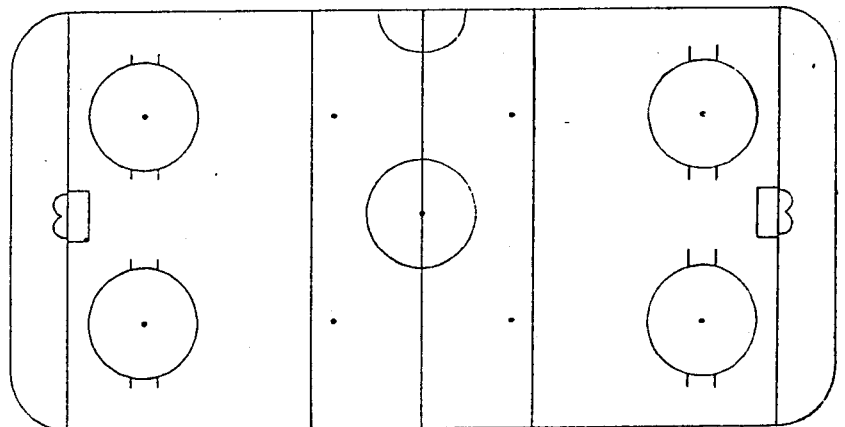
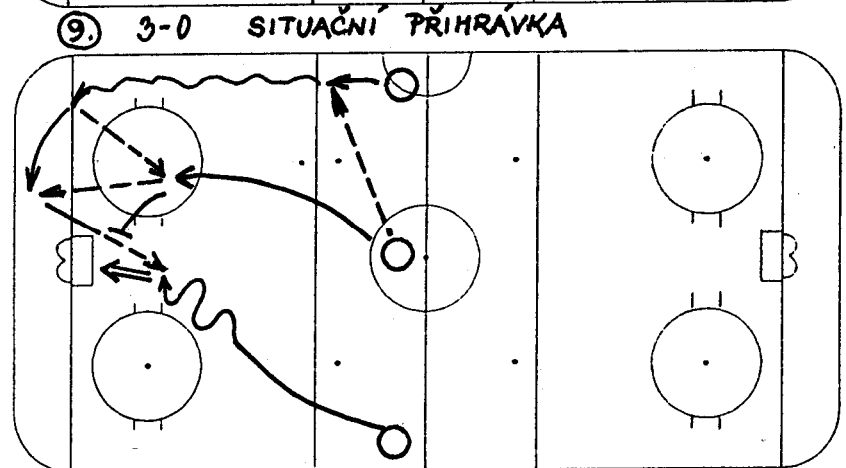
8. (10 min.) 3—0 po přihrávce — nastřelení kotouče podél mantinelu — protější křídlo — start za branku — přihrávka zpět na SÚ — střelba (Hcv—CP).

(Pauza 3 min.)



9. (5 min.) Situační přihrávka (výpomoc) v rohu hřiště, následuje akce 3—0 — LK — manévruje před brankou — přihrávka — střelba.

10. (7 min.) Volné bruslení — strečink.



# ZÁZNAM TRÉNINKOVÉ JEDNOTKY

Mužstvo: VÝBĚR ŠVÉDSKO „17“

Datum: 20. 11. 1993

Číslo TJ: 4

Čas: 14.00—15.20

Obsah tréninku: TRÉNINK KOMBINACE OBRÁNCI + ÚTOČNÍCI

Grafické znázornění:

(5 min.) Rozcvičení — rozbruslení — strečink

1. (4 min.) Obratnost při bruslení — vedení kotouče — střelba.

(Pauza 2 min.)

2. (4 min.) Opakovaná přihrávka po modré čáře — zpracování — střelba (Hcv—SmCP).

(Pauza 2 min.)

3. (10 min.) 2-0 — 3-0. Založení útoku přes SÚ nebo LK. Po přejetí m. č. přihrávka na PK — střelba, tečování. Návčik obou variant (Hcv—CP).

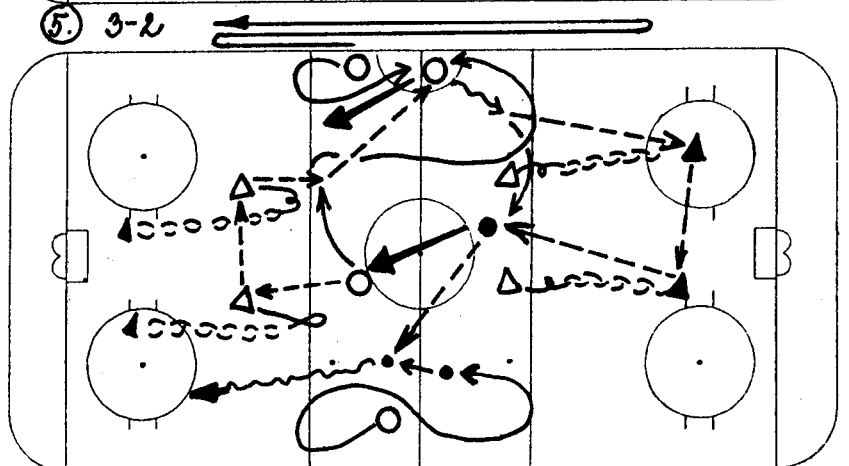
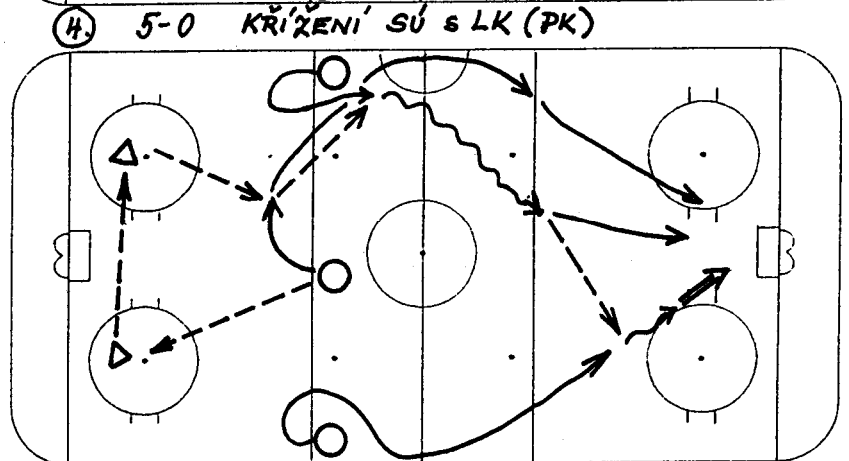
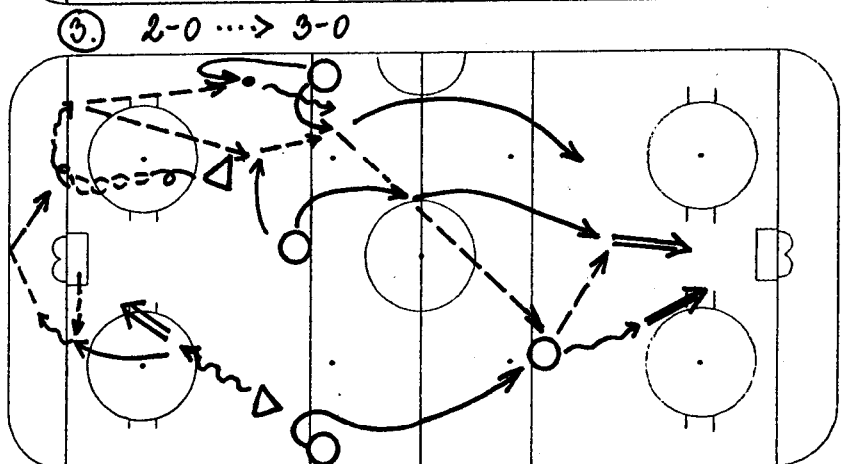
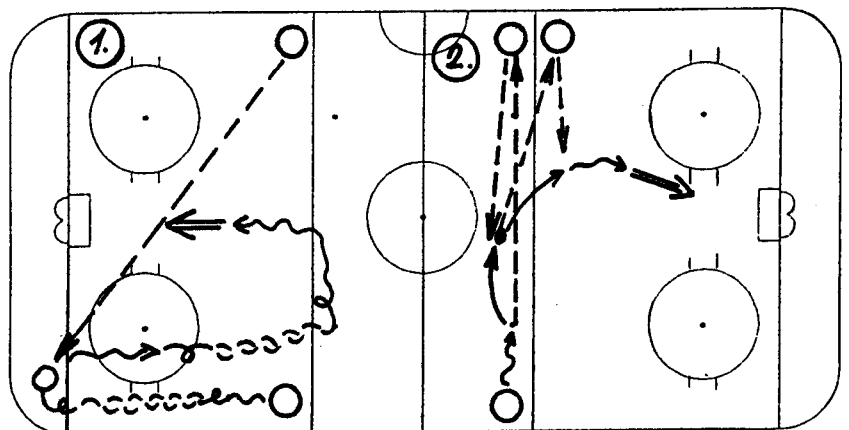
(Pauza 5 min.)

4. (10 min.) 5-0, křížení SÚ s LK (PK). Rozehrávka na PO, ten na LO, SÚ najíždí na střed přihrávka LO na SÚ — ten na LK (PK), výměna míst SÚ s LK (PK) — střelba (Hcv—CP).

(Pauza 5 min.)

5. (10 min.) 3-0 + 3-2. 3-0 — ve SP založení útoku od obránců přes SÚ, na protilehlé modré reorganizace útoku, výměna míst SÚ — LK, PK drží pozici, zakončení v ÚP 3-2. (Hcv—Sm/CP). Důraz na přesné přihrávky.

(Pauza 3 min.)



# ZÁZNAM TRÉNINKOVÉ JEDNOTKY

Mužstvo: VÝBĚR ŠVÉDSKO „17“

Datum: 20. 11. 1993

Číslo TJ: 4

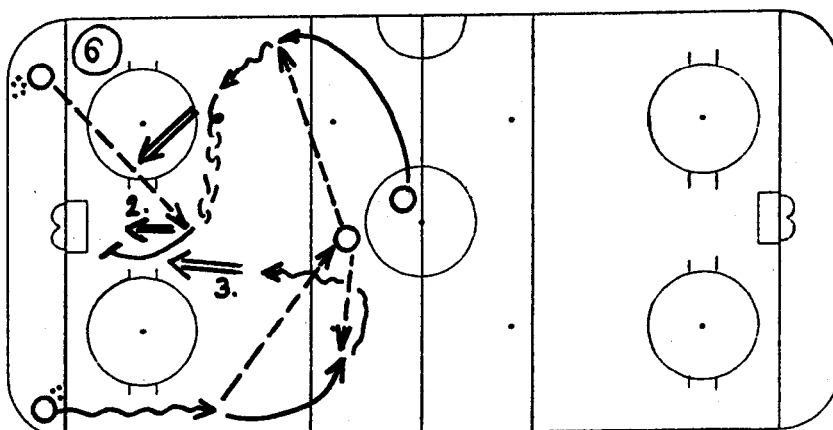
Čas: 14.00—15.20

Obsah tréninku: TRÉNINK KOMBINACE OBRÁNCI + ÚTOČNÍCI

Grafické znázornění:

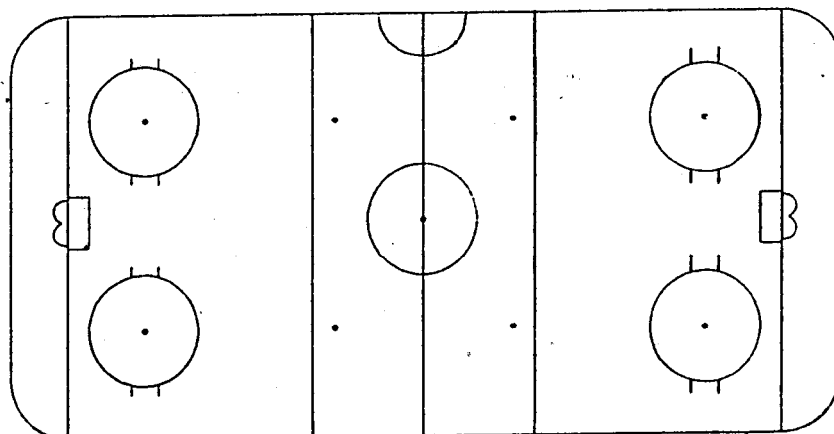
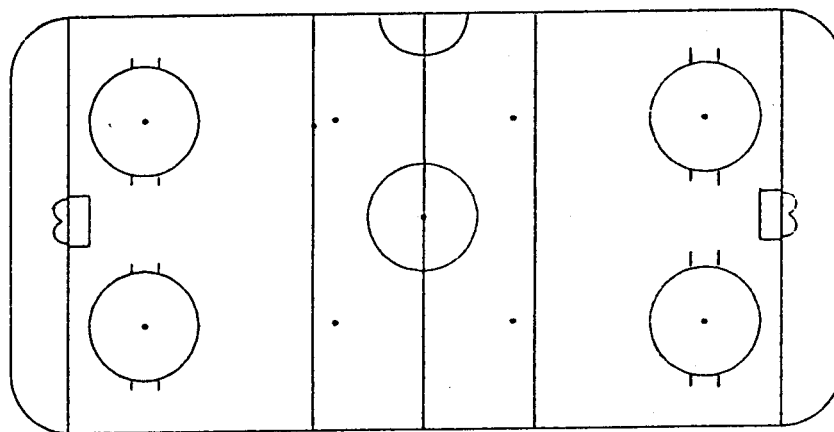
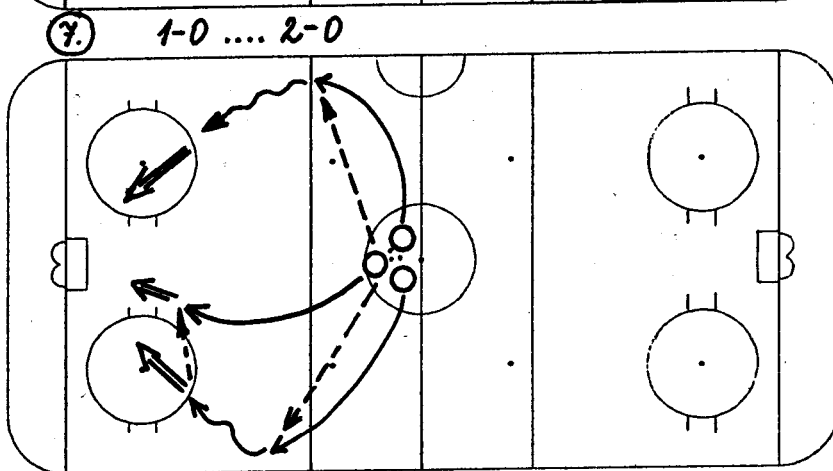
6. (10 min.) 1—0 ze středu nájezd k mantinelu — přihrávka — střelba — 1. obrat do jízdy vzad — druhá přihrávka z rohu, 2. střelba — start k brance druhý hráč s kotoučem — start z rohu — přihrávka do středu pásma — zpětná přihr. — střelba — 1. hráč tečuje, 3. doráží (Hcv—CP).

(Pauza 3 min.)



7. (5 min.) 1—0 ... 2—0. Ze středu nájezd k mantinelu — přihrávka — střelba od mantinelu. Z druhé strany nájezd — přihrávka — start — situace 2—0, střelba nebo přihrávka (Hcv—CP).

(5 min.) Volné bruslení — strečink.



## Testy síly a pohyblivosti

### Test síly:

1. vzpěračské zvedání činky ze země (po krk — na prsa) — 75 % váhy, 10 x — na techniku,
2. leh-sed na švédské bedně, maximální počet opakování (ruce za hlavou, lokty ke kolům),
3. benčpres — 50 kg — max. počet opakování — nohy volně podél lavičky, — bez „luku“ těla, — bez odrazu od prsou,
4. podřepy s činkou — váha činky = váha těla  
příklad: Švédsko „17“ — 30x opak.  
Švédsko „18“ — max. poč. opak.

5. step-test, výstupy na bednu, 60 cm výška — váha činky 20 kg, činka na ramenou — 10x levá noha — 10x pravá, provádět dynamicky, pouze na techniku,
6. výkrok vpřed — činka na ramenou jako při step-testu, pouze na techniku.

### Test pohyblivosti:

1. ruce spojit za zády, výměna paží,
2. překážkový sed — spojit ruce za nataženou nohou (výměna levá, pravá),
3. vzpažit zevnitř, spojit ruce — dřep na patách — nepředklánět.

## Program výběru ŠVÉDSKA „16“ — „17“, NÖRRKÖPING 18. 11.— 21. 11. 1993

Čt 18. 11.	Skupina 1—2 (jun.—16)	Skupina 3—4 (jun.—17)	So 20. 11.	Skupina 1—2 (jun.—16)	Skupina 3—4 (jun.—17)
11.00	Sraz	11.00	7.00	Snídaně	7.00
11.30	Oběd	11.30	8.00—19.00	Testy-Cooper, síla	9.30—11.00
12.30—13.00	Teorie	12.30—13.00	10.00—10.50	Trénink—led, O+U	11.30
14.00—16.00	1. zápas 1 x 2	14.00—15.00	12.15	Oběd	14.00—15.00
17.00—18.30	Teorie—posil.	16.10—18.10	14.00—16.00	Test—síla, pokr.	15.30—16.30
19.00	Večeře	19.00	16.00—17.50	3. zápas	16.45
20.00	Teorie	20.00	18.30	Večeře	19.00—21.30
21.00	Svačina—večeřka	21.30	19.30—20.30	Teorie	22.00
			21.30	Svačina—večeřka	
<b>Pá 19. 11.</b>			<b>Ne 21. 11.</b>		
7.00	Snídaně	7.30	7.00	Snídaně	7.00
8.00—9.30	Teorie—útočníci	9.00—11.30	8.30—10.30	4. zápas	9.00—10.00
8.30—9.50	Trénink—led, obr.	12.00	11.30	Oběd—konec akce	10.40—12.40
10.00—11.20	Trénink—led, útoč.	13.00—14.00			13.15
10.30—11.30	Teorie—obránci	14.00—15.20			
12.00	Oběd	15.30—16.50			
13.30—16.00	Testy, ukázka	16.00—17.00			
17.00	Večeře	17.30			
19.00—20.30	2. zápas 1 x 2	20.30—22.10			
22.00	Svačina—večeřka	23.00			

## Zjišťování aerobních schopností pomocí testu s užitím 20metrového kyvadlového běhu (The 20m Shuttle Run Test)

(úprava z překladu SPORTS COACH 14, 1991);

Zdeněk Pavliš, metodik ČSLH

Termínem „aerobní pracovní schopnosti“ jsme si zvykli označovat souhrn funkčních vlastností organismu, spojených s dodáním a využitím kyslíku při svalové práci. Základním informativním ukazatelem úrovně a diagnostiky O<sub>2</sub> — systému je spotřeba kyslíku při práci. Její velikost a doba práce při určité spotřebě kyslíku se vyjadřuje jako aerobní výkon a aerobní kapacita.

Aerobní výkon (VO<sub>2</sub>max) znamená nejvyšší možnou individuální hodnotu spotřeby kyslíku, která je dosažitelná při práci velkých svalových skupin v časové jednotce. Obvykle je vyjádřena v ml.min<sup>-1</sup> kg<sup>-1</sup>. Po funkční stránce je VO<sub>2</sub>max komplexním ukazatelem výkonnosti transportního systému pro kyslík od vdechnutí atmosférického vzduchu, až po využití kyslíku v buňkách svalu.

Podle dosavadních zkušeností se dosažený aerobní výkon hráčů ledního hokeje hodnotí jako nízký 50—53, střední 55—59, dobrý 60—64 a vynikající vyšší než 65 ml/min.kg. Jen pro informaci uvádíme, že nejvyšší hodnoty VO<sub>2</sub>max se pohybují kolem 90 ml/min.kg u lyžařů — běžců.

Aerobní kapacitou rozumíme využití co největší části VO<sub>2</sub>max po delší dobu. Nejčastěji je vyjádřena v procentech VO<sub>2</sub>max.

### Test

SRT je test maximální aerobní kapacity a je založen na kyvadlovém běhu, kdy každý jednotlivec běhá nepřetržitě od jedné čáry k druhé na vzdálenost 20 m při dané rychlosti za použití zvukových signálů z kazetového magnetofonu. Tato rychlost se zvětšuje každou minutu. Na každý zvukový signál musí hráč dosáhnout jednu z linií, dotknout se nohou čáry nebo ji překročit, otočit se a vrátit se na druhou čáru v čase než zazní další signál.

Oba činitelé (aerobní výkon a kapacita) mezi sebou do jisté míry souvisejí, avšak vysoká úroveň jednoho z nich automaticky neznamená vysokou hodnotu druhého. Z toho je nutné zásadně vycházet při strategii rozvoje tohoto systému.

Trenéři stále hledají jednoduchý, přesný a snadno proveditelný test k měření aerobních schopností hráčů.

Zjištění hodnot k určení aerobních schopností pomocí bicyklového ergometru či na běhacím koberci je nejideálnější, ale tato metoda zabírá velice času, je drahá, náročná na vybavení a pro průměrného trenéra těžce realizovatelná.

Jednoduchý test v „polních podmínkách“, zvaný 20metrový kyvadlový běh (The 20m Shuttle Run Test — SRT) byl vyvinut francouzským Kanadánem Dr. L. Ledgerem. Tento test poskytuje všem trenérům velice spolehlivou možnost pro stanovení hráčovy aerobní kapacity. Vskutku dle malé studie provedené na Victoria College v r. 1990, výsledky tohoto testu odpovídaly testu na ergometru více než ostatní „polní“ testy měření aerobní kapacity.

Jak test pokračuje, zmenšují se časové intervaly mezi zvukovými signály, a tím nutí hráče běžet stále stoupající rychlostí. Nedosažení čáry dvakrát za sebou ukončí test. Délka testu závisí na aerobní kapacitě hráče — čím vyšší je jeho způsobnost, tím déle trvá test. Z počátku je běh snadný, ale v průběhu se stává nesnadnějším. Test může trvat maximálně 20 minut. Avšak průměrné časy jsou většinou mnohem kratší.

## Přednosti testu

Provedení testu je velice jednoduché, neboť jediné požadované zařízení je magnetofon s příslušnou páskou, stopky a 20 m rovného povrchu buď uvnitř v místnosti nebo venku. Dovoluje testovat společně velkou skupinu, což šetří nemálo čas a samo o sobě může vytvářet vysoce motivující situaci. Mnoho hráčů, kteří běhají spolu, vytváří soutěživé ovzduší, které povzbuzuje hráče k vybičování se k limitu.

Protože rychlost běhu v prvních několika minutách je zcela nízká, má v sobě test zabudováno i rozběhávání. Postupné zvyšování rychlosti podporuje hráče, aby sami udržovali efektivní

lostí podporuje hráče, aby sami udržovali efektivní rychlost. Pouze poslední část testu vyžaduje maximum úsilí. Mimo to, stálým zastavováním a měněním směru je tento test velice vhodný pro hráče her, zejména těch her, kde vytrvalost je životně důležitá, ale podstatné jsou i krátké, prudké rozběhy a rychlé změny směru. Příkladem může být: lední hokej, fotbal, volejbal, basketbal, tenis. Pro atlety, kteří běhají nepřetržitě, jako např. maratonští nebo přespolní běžci, byl odvozen podobný test, který může být prováděn na atletické dráze. Test je vhodný pro děti od 6ti let a pro muže i ženy do 60 let.

## Využití testu

Trenéři mohou využít výsledky tohoto testu mnoha způsoby. Série tabulek získaná testy dovoluje trenérovi srovnávat výsledky testu s testy, které byly provedeny sportovními vědci, kteří používají více propracované testovací postupy.

Na základě výsledků může trenér vypracovat vhodné tréninkové plány a odhadnout hráčovu schopnost podat trvalou aktivitu při různých úrovních sportovní formy.

Srovnáním výsledků jednotlivců je možné určit různé hladiny úrovně aerobní kapacity ve skupině.

Tento test má další výhody. Může být použit jako zábavná a soutěživá činnost při tréninku, neboť je pobídkou k soutěživosti mezi členy družstva. Protože se snadno organizuje a nezabírá čas, může být proveden pravidelně jednou za měsíc, aby trenér získal přehled o měnící se aerobní kapacitě hráčů.

## Závěr

SRT je doporučován trenérům, pracovníkům v tělovýchově a těm, kteří se zajímají o testování tělesné zdatnosti. Splňuje potřeby trenérů i hráčů. Trenéři ocení jeho spolehlivost, jeho přesnost a okamžité poskytnutí výsledků, jeho rychlost a snadnost provede-

ni i jeho mnohostrannost. Je aplikovatelný na mnoho sportů, testován může být větší počet sportovců ve stejnou dobu a může být prováděn na mnoha různých místech. Pro hráče je zábavný, pobízející, motivující, ne drahý a nevyžaduje tolik času jako test na ergometru.

## Přidatné testy

Jako doplnění testu SRT jsou obsaženy na magnetofonové pásce testy na měření svalové vytrvalosti, dovolující tre-

nerům měřit hráčovu schopnost provádět kliky, sedy, lehy, shyby atd.

## Upozornění

Magnetofonové pásky, tabulky norem a všechny významné materiály související s testem SRT lze objednat.

Informace jsou k dispozici u metodika ČSLH, Za elektrárnou 419, Praha 7, 170 00, tel. 02/375447.

# Informace k výměně a vydávání trenérských průkazů

Vzhledem k tomu, že od r. 1989 došlo již třikrát k výměně TP, což bylo zapříčiněno rozpadem ČSFR na dva samostatné státy a změnou oficiálního znaku ČSLH, uvádíme informace ohledně získání a výměny TP.

Dřívější trenérské třídy I, II, III a IV byly nahrazeny trenérský-

mi licencemi pod označením A, B, C. Licence A odpovídá dřívější I. třídě, B odpovídá II. třídě, C III. třídě, IV. třída byla zrušena, takže vlastníci této trenérské třídy žádající o licenci C musí absolvovat trenérský kurs, který pořádá TMK ČSLH příslušného regionu.

## Podmínky pro získání trenérských licencí:

— trenérskou licenci může získat každý občan ČR, který dovrší 18 let, má odpovídající zdravotní stav a splňuje speciální podmínky pro přijetí na jednotlivý typ školení,

— cizí státní příslušník se může zúčastnit školení jen na základě schválení TMK ČSLH.

Licence A — nejvyšší kvalifikace

- uděluje TMK ČSLH
- absolvent FTVS UK se specializací LH
- absolvent DST při FTVS UK, TŠ
- dva roky praxe u družstva ELH, 1. NHL
- tři roky praxe u LMD nebo LSD
- pět let u ostatních soutěží řízených ČSLH
- absolvovaná praxe se započítává před studiem, během studia a po ukončení vzdělání
- podmínky pro přijetí určuje FTVS a TMK ČSLH (licence B, maturita, přijímací řízení)

Licence B — uděluje TMK ČSLH

- absolvent FTVS UK se specializací LH nesplňující podmínky praxe uvedené pro získání licence A
- absolvent ročního trenérského kursu
- absolvent kursu pro trenéry 2. třídy
- podmínkou pro přijetí je vlastnictví licence C a odpovídající praxe

Licence C — základní licence umožňující trenérskou činnost

- uděluje TMK ČSLH příslušného regionu
- absolvent týdenního trenérského kursu pořádaného TMK regionu ČSLH
- podmínkou pro přijetí je trenérská činnost

Doba platnosti trenérských licencí podle schválení TMK ČSLH ze dne 19. ledna 1994 je následující:

- licence A čtyři roky
- licence B čtyři roky
- licence C šest let

U trenérských průkazů, které byly vydány v r. 1993 se starým znakem ČSLH a jinou dobou platnosti, není nutné výměnu do ukončení jejich platnosti provádět (viz. dále). Pro uplatnění v zahraničí jsou veškeré náležitosti na těchto průkazech uvedeny dvojjazyčně (čeština, angličtina).

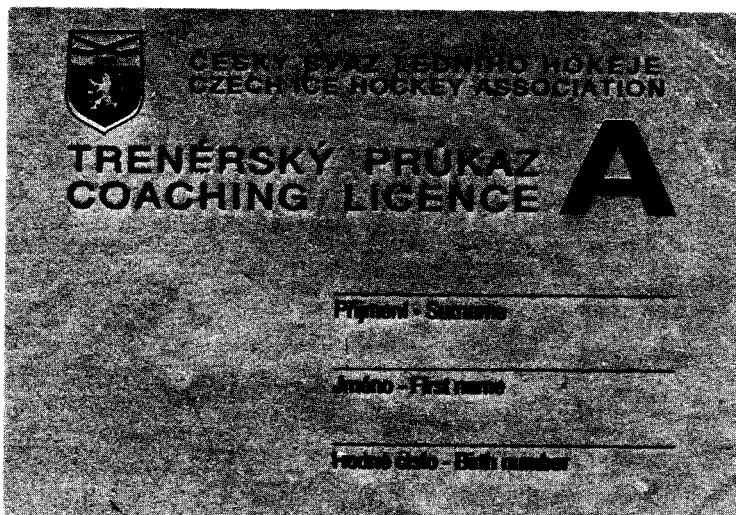
Vzhledem k nákladům spojeným s vydáváním a distribucí licencí byl stanoven poplatek, a to:

- licence A . . . . . 100 Kč
- licence B . . . . . 100 Kč
- licence C . . . . . 50 Kč

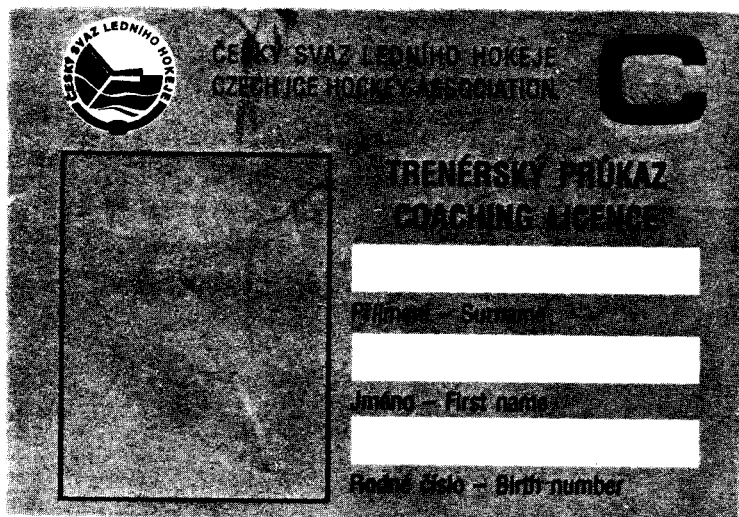
## Žadatel o vystavení nového TP či jeho výměnu uvede v žádosti tyto informace:

- dosažené trenérské vzdělání a kvalifikace
- dosavadní trenérské praxe
- adresa (včetně PSČ)
- doklad o zaplacení poplatku (pátý díl složenky)
- fotografii pasového formátu, na jejíž zadní straně je uvedeno jméno a rodné číslo
- starý trenérský průkaz

1) Trenérské licence A, B a C vydané ČSLH v r. 1993 s původním znakem ČSLH (podkladová barva šedá — viz fotografie)



2) Od 1. ledna 1994 jsou vydávány trenérské licence s novým oficiálním znakem ČSLH a dobou platnosti tak, jak bylo uvedeno výše (podkladová barva — licence A žlutá, licence B a C šedá — viz fotografie)



Ostatní trenérské průkazy jsou neplatné a je nutné je tedy odeslat k výměně.

V týdeníku Gól č. 2/1994 bylo sděleno, že TP se vyměňují do konce ledna 1994. Vzhledem k tomu, že v některých soutěžích je požadováno na trenérech předložení platného TP k utkání a není

Výměny starých TP za licence A a B je nutné provádět přes metodika ČSLH, Praha 7, Za elektrárnou 419. Na základě seznamu vystaví a odešle paní Hošnová, Praha 6-Strahov. Výměny TP za licence C se provádí prostřednictvím jednotlivých regionů ČSLH a jsou odesílány k paní Hošnové. Vystaví a odešle paní Hošnová.

Znovu upozorňujeme všechny trenéry, že bez všech výše uvedených náležitostí není možné nové TP vystavit. U nově vyškolených trenérů budou TP předány po závěrečných zkouškách.

Pro přehlednost uvádíme, které trenérské průkazy (licence) jsou od 1. ledna 1994 v platnosti:

a není tedy možné provést výměnu, žádáme tyto trenéry, aby tak učinili po ukončení soutěže. Domníváme se, že tímto jsme sdělili veškeré důležité údaje o získání a výměně trenérských průkazů. S případnými dalšími žádostmi o informace se obračejte přímo na metodika ČSLH telefonicky nebo písemně.