

## PLAN DELA SHT 2017/2018

### Treningi

Drsalci bodo imeli treninge 6 dni v tednu. Ob ponedeljkih bodo imeli prosto. Treningi bodo sestavljeni iz suhega treninga in treninga na ledu. Ogrevanje bo potekalo eno uro pred začetkom treninga na ledu, ki bo trajal v povprečju eno uro. Po končanem treningu na ledu se bo odvijal program sprostitve in še drugi del suhega treninga. V primeru, da bodo nekateri tekmovalci želeli dodatne treninge jih bo organiziral glavni trener. Med vikendi se bodo tekmovalci udeleževali tekmovanj po planu tekem 2018/2019.

### Trenerji

V klubu imamo tri trenerje:

1. glavni trenerer - David Loth Mano - trener z licenco SHT
2. prvi pomočnik trenerja - Urban Kalšek - starter z ISU licenco
3. drugi pomočnik trenerja - Tjaša Koflič

Glavni trener in prvi pomočnik bosta organizirala in vodila treninge za vse drsalce. V primeru, da bo glavni trener na tekmi s tekmovalci državne reprezentance bo vodil treninge v Celju prvi pomočnik trenerja. Delo bosta usklajevala glede na plan tekem v sezoni.

Drugi pomočnik trenerja bo odgovoren za delo z najmlajšimi drsalci, ki postanejo novi člani kluba in se morajo najprej naučiti določenih tekmovalnih tehnik, da lahko nastopijo na prvi tekmi.

### Tekme v sezoni 2018/2019

Drsalci bodo predvidoma v sezoni 2018/2019 tekmovali na 15 mednarodnih tekmah. Od tega se bodo udeležili:

1. Alpe Adria Trophy - 3 do 4 tekme - VSI
2. Danubia - v sezoni bo 6 tekem - 3 za skupino Junior A in B in člane, 3 tekme za skupini Junior C in D.
3. Ostale tekme – VSI
  - Alta Valtellina Trophy, Bormio, Italija
  - Trofeo Nicolodi, Trento, Italija
  - Csizmadia cup, Budimpešta, Madžarska
  - Santa Claus cup, Budimpešta, Madžarska
  - Tisza cup, Szeged, Madžarska
4. Mednarodne ISU tekme
  - 11. do 13. januar 2019 - European Championships, Dordrecht, Nizozemska - Bor Luka Urlep in Ina Les, če bo dosegla kriterije EC.

- 9. do 16. februar 2019 - European Youth Olympic Festival EYOF, Sarajevo, Bosna in Hercegovina - Urša Erjavec, če bo izpolnila kriterije OI.
- 26. do 28. januar 2019 - World Junior Championships, Seul, Koreja - Bor Luka Urlep in Ina Les.
- 8. do 10. marec 2019 - World Championships, Sofia, Bolgarija - Bor Luka Urlep.
- Predvodevamo še tekmovanje na dveh tekmah European World Cup in European Cup Final. Tekmovalce za udeležbo bo določil trener glede na dosežene rezultate v sezoni.

### Finančni plan

Tekma	Strošek
4 x Alpe Adria Trophy	750 € x 4 = 3.000,00 €
6 x Danubia	750 € x 6 = 4.500,00 €
Ostale tekme	750 € x 5 = 3.750,00 €
<b>Skupaj</b>	<b>11.250,00 €</b>

Stroške prijave in stroške enega trenerja pokriva klub. Vse stroške prevoza in bivanja za prijavljene tekmovalce kluba pa starši.

### Mednarodne tekme

Tekma	Strošek
European Championships, Dordrecht, Nizozemska	2.620,00 €
European Youth Olympic Festival EYOF, Sarajevo, Bosna in Hercegovina	500,00 €
World Junior Championships, Seul, Koreja	4.250,00 €
World Championships, Sofia, Bolgarija	880,00 €
2 x European World Cup	3.819,00 €
European Cup Final	2.500,00 €
<b>Skupaj</b>	<b>14.569,00 €</b>

Tu stroške prijave, prevoza, bivanja za tekmovalca in trenerja pokriva zveza ( še ni potrdila plana!).

**Skupaj vse tekme - 25.819,00 €**

Finančni plan je bil narejen na osnovi predloga glavnega trenerja na strokovnem svetu in na podlagi dejanskih stroškov tekem v sezoni 2017/2018. Prav tako so za tekme za katere še ne poznamo lokacij stroški ocenjeni na podlagi stroškov tekem iz preteklih sezon.

## Nakup nove opreme

drsalni čevlji izdelani po nogi - »Custom made« – 1 par	570,00 €
drsalke - 1 par	360,00 €
ostala oprema za trenineg na ledu in suhe treninge	500,00 €
<b>Skupaj</b>	<b>1.430,00 €</b>

Stroške opreme krije zveza ( še ni potrdila plan!).

Skupaj planirani stroški za sezono 2018/2019 - 27.249,00 € .

## Mednarodni projekt Erasmus

Sekcija SHT se je povezala s Fakulteto za vede o zdravju iz Izole, s katero bo začela projekt „Preventiva za preprečevanje poškodb pri mladih drsalcih“. Za ta projekt smo pridobili zanimanje Hrvaške in Avstrijske drsalne zveze. Projekt smo že prijaviili na EU projekt Erasmus in pričakujemo za start up nekaj nepovratnih EU sredstev. Ideja je, da bomo na enem od kampov izvedli začetne meritve fizične kondicije drsalcev in simetrijo razvoja njihovih mišic. V nadaljevanju bi rezultate projekta predstavili ISU komiteju za razvoj drsanja.

Cilj projekta je vsekakor zmanjšati poškodbe drsalcev na minimum. V nadaljevanju pa načrtati pravilne suhe treninge za simetrični razvoj mišic, kar bo vplivalo na večjo učinkovitost naših drslcav in posledično izboljšanje rezultatov.

Zapisal Evgen Zgoznik

Zapisał Evgen Zgoznik