



LZS LOKOSTRELSKA
ZVEZA
SLOVENIJE

MLADINSKI TARČNI PROGRAM 2022

Avtorji in izvajalci programa:

- Zupanc Matej – vodja mladinskega programa
- Božič Brina
- Dejan Sitar
- Meta Jerala Kegljevič

Ljubljana, november 2021

ČLANI SELEKCIJE

Razširjena selekcija je imenovana na podlagi rezultatov v pretekli sezoni, sodelovanja na pripravah v lanski sezoni in pripravljenostjo na sodelovanje v programu v letu 2022.

Članstvo v selekciji se lahko tekom sezone spreminja. Tekmovalec je lahko v selekcijo vključen naknadno na podlagi rezultatov ali mnenja vodje programa, član selekcije pa je lahko iz nje tudi izključen, če vodja programa ocenjuje, da tekmovalcu članstvo v selekciji ne pomaga pri njegovem napredku ali če ne izpolnjuje določenih obveznosti.

Člani selekcije na dan 13. 1. 2022:

	PRIIMEK	IME		DATUM ROJSTV A		SPOL	SLOG	KATEGORIZACIJA	MAX.REZ. ZUNAJ	MAX.REZ. DVORANA
1	Prodan	Kristjan	LK Ankaran	2003	ML	M	UL	MLADINSKI	612	559
2	Samec	Andraž	LK Budanje	2004	ML	M	UL	PERSPEKTIVNI	656	540
3	Habjan	Teja	LK Kamnik	2002	ML	Ž	UL	MLADINSKI	582	557
4	Pintarič	Žana	LK Paradoks	2004	ML	Ž	UL	MLADINSKI	628	532
5	Ogrinc	Nika	LK Kamnik	2004	ML	Ž	UL		614	555
6	Gnidovec	Oskar	LK Kamnik	2006	KA	M	UL	MLADINSKI	622	564
7	Kljun	Draž	LK Ankaran	2005	KA	M	UL		599	563
8	Wolf	Matic	LK Paradoks	2007	KA	M	UL		656	529
9	Šarec	Anja	LK Kamnik	2005	KA	Ž	UL	PERSPEKTIVNI	650	566
10	Pisk	Eva	LK Budanje	2006	KA	Ž	UL		575	508
11	Blažič	Lea	LK Budanje	2007	KA	Ž	UL		654	533
12	Corel	Nina	LK Ankaran	2005	KA	Ž	UL	PERSPEKTIVNI	649	564
13	Obljubek	Metka	LK Budanje	2006	KA	Ž	UL	PERSPEKTIVNI	650	552
14	Nanut	Neža	LK Ankaran	2007	KA	Ž	UL		661	552
15	Kogej Kardinar	Tinkara	LK Ankaran	2006	KA	Ž	UL		588	553
16	Rožič	Matija	LK Kamnik	2003	ML	M	SL	DRŽAVNI	697	582
17	Primožič Gogala	Viktor	LK Ankaran	2005	KA	M	SL		667	493
18	Godeša	Klemen	LD Logatec	2004	ML	M	SL	DRŽAVNI	676	577
19	Šarec	Katja	LK Kamnik	2005	KA	Ž	SL	MLADINSKI	656	563

CILJI PROGRAMA

Vsebinski cilji

1. Izboljšanje fizične pripravljenosti
V začetku sezone bodo opravljena testiranja splošne fizične pripravljenosti, specifične fizične pripravljenosti in izokinetični testi.
2. Izboljšanje tehnične pripravljenosti
V okviru priprav in skupnih treningov bodo tekmovalcem podana znanja s področja biomehanike strele in nasveti za izboljšavo izvedbe strele.
3. Izboljšanje psihološke pripravljenosti
Na pripravah in vodenih treningih bo tekmovalce z metodami boljše psihološke pripravljenosti seznanjala športna psihologinja. Vrhunski tekmovalci pa bodo imeli možnost individualnega sodelovanja s športnim psihologom.
4. Izboljšanje taktične pripravljenosti
Del priprav bo namenjen boljši pripravi na tekmovanja v taktičnem smislu (predpriprava na tekmovanje, sam nastop, analiza po tekmovanju).

5. **Izboljšanje usklajenosti opreme**
V okviru priprav bo izveden popis opreme tekmovalcev z namenom lažjega svetovanja tekmovalcem pri usklajevanju opreme.
6. **Druženje perspektivnih tekmovalcev**
Zelo pomemben del mladinskega programa je tudi socialna komponenta. Tekmovalci se med sabo spoznajo tudi izven tekmovalnega okolja, izmenjujejo mnenja in izkušnje.
7. **Večja kvaliteta in kvantiteta opravljenih treningov**
Tekmovalci in njihovi trenerji bodo spodbujeni k pripravi individualnih načrtov vadbe in pa k natančnemu spremljanju izvedb treningov. Izobraževanje s področja lokostrelstva (trenerji).

Rezultatski cilji

1. Uvrščanje tekmovalcev v prvo polovico uvrščenih po kvalifikacijah.
2. Izboljšanje končnih uvrstitev glede na kvalifikacije.
3. Izpolnjevanje kriterijev za doseg kategorizacije mladinskega razreda.
4. Izpolnjevanje kriterijev za doseg kategorizacije perspektivnega razreda:

Tekmovanje	EP DVORANA							
kategorija	RJM	RJW	CJM	CJW	RCM	RCW	CCM	CCW
posamično	8	8	8	8	8	8	8	8
ekipno	3	3	3	3	3	3	3	3

Tekmovanje	EP TARČNO								EMPOK			
kategorija	RJM	RJW	CJM	CJW	RCM	RCW	CCM	CCW	RJM	RJW	RCM	RCW
posamično	16	16	8	8	16	16	8	8	1	1	1	1
ekipno	8	8	3	3	8	8	3	3				

Uvrstitve na tekmovanjih, ki tekmovalcu prinašajo status vrhunškega tekmovalca (perspektivni razred).

PRIPRAVE

Organizirane bodo priprave reprezentance na posamičen nastop, predvidoma enkrat mesečno pa priprave dela ali celotne selekcije.

Na priprave reprezentance bodo vabljeni tekmovalci, ki bodo imenovani v reprezentanco za posamezen nastop. Namenjene bodo taktični pripravi na posamezen nastop in zadnjemu pregledu pred odhodom na tekmovanje.

Na priprave selekcije bodo vabljeni tekmovalci za katere vodja programa ocenjuje, da jim lahko pomaga pri doseganju višjih rezultatov. Namenjene bodo izboljšanju splošne in specialne fizične pripravljenosti, taktične pripravljenosti in izobraževanju. V okviru priprav bodo člani selekcije opravljali teste splošne fizične pripravljenosti, teste specialne fizične moči in vzdržljivosti. V kolikor ne bo vidnega zelenega napredka, tekmovalec ne bo več vabljen na skupne priprave selekcije. Periodično bo opravljena tudi video-foto (HS) analiza lokostrelske tehnike.

Predvideni datumi aktivnosti članov selekcije (ali dela selekcije):

16. - 17.10.2021	Priprave (UL+SL)
13. - 14. 11. 2021	Priprave (UL+SL)
4. - 5. 12.2021	Priprave (UL+SL)
18. - 19. 12. 2021	Priprave (UL+SL)
8. - 9. 1. 2022	Priprave (UL+SL)
5. - 6.2.2022	Priprave (UL+SL)

20. 3. 2022	Priprave (UL+SL), Slov.Bistrica
27. 3. 2022	Priprave (UL+SL), Slov.Bistrica* ^{izbirna}
6.-8.5.2022	Veronica's Cup*
11.5.2022	Izbirno tekmovanje- 1.tekma
13.5.2022	Izbirno tekmovanje- 2. tekma
30.5.2022	Izbirno tekmovanje- 3. tekma
1.6.2022	Izbirno tekmovanje- 4. tekma
15.6.2022	Izbirno tekmovanje- 5. tekma
18.6.2022	Izbirno tekmovanje- 6. tekma
20. - 23. 7. 2022	Priprave (UL+SL)
6. - 10. 8. 2022	Priprave (UL+SL)
3.9.2022	Finale CEC

SKUPNI / VODENI TRENINGI

Treninge selekcije za ukrivljeni lok bo vodil Zupanc. Potekali bodo ob ponedeljkih in sredah.

Trening za tekmovalce s sestavljenim lokom bo predvidoma enkrat mesečno vodil Dejan Sitar. Točni datumi treningov bodo usklajeni skupaj s tekmovalci.

Namen skupnih/vodenih treningov je:

- analiza stanja,
- svetovanje pri načrtovanju treningov, izboljšavi tehnike, izbiri/nastavitvah opreme,
- izvajanje treningov,
- nadzor nad izvajanjem treningov.

PSIHOLOŠKA PRIPRAVA

S člani mladinske selekcije bo periodično sodelovala športna psihologinja Meta Jerala Kegljevič, ki bo tekmovalcem predstavila in jih naučila psihološke tehnike, s katerimi bodo bolje obvladovali pred-nastopna in nastopna stanja, izboljšali samokontrolo in posledično izboljšali rezultate.

NASTOPI REPREZENTANCE

EVROPSKO PRVENSTVO - DVORANA

14. 2. - 19.2.2022 – Laško (SLO)

Na Mladinskem evropskem dvoranskem prvenstvu lahko nastopijo lokostrelci z ukrivljenim in sestavljenim lokom v posamični in ekipni konkurenci. V vsakem slogu in kategoriji lahko nastopijo največ 3 lokostrelke/lokostrelci.

- Vsak, ki je imenovan v reprezentanco, mora imeti veljavno zdravniško spričevalo.
- V kolikor v posamezni kategoriji dosežajo normo več kot trije tekmovalci, bo izbira narejena na podlagi najvišjega doseženega rezultata.
- Tekmovalcu z doseženo A normo stroške nastopa krije LZS.
- Tekmovalec z doseženo B normo sofinancira svoj nastop v višini 300€.
- Vodja programa ima pravico dopolnitve reprezentance v posameznem slogu in kategoriji s tekmovalko oz. tekmovalcem, ki sicer ne izpolnjuje kriterijev in ne dosega norme.
- Tekmovalcu-ki, ki bo nastopil na tekmi svetovnega dvoranskega pokala v Nimesu (21.-23.1.2022) in bo uvrščen v reprezentanco za EP, se delno povrnejo stroški priprave na tekmovanje v višini 200€.
- Reprezentanca bo predlagana na podlagi rezultatov, ki jih bodo tekmovalci dosegli na uradnih tekmovanjih po pravilih WA med 01.12.2021 in 23.01.2022*.

Pričakovani rezultat, ki naj bi ga tekmovalec dosegel za uvrstitev v reprezentanco:

EVROPSKO PRVENSTVO DVORANA – Laško, SLO				
kategorija	RJM	RJW	CJM	CJW
A norma	581	571	585	576
B norma	573	560	579	565

Višina A norme je postavljena glede na 8. mesto v kvalifikacijah na štirih dvoranskih prvenstvih (2016-SP, 2017-EP, 2018-SP, 2019-EP).

Višina B norme je postavljena glede na 16. mesto v kvalifikacijah na štirih dvoranskih prvenstvih (2016-SP, 2017-EP, 2018-SP, 2019-EP).

* Če tekmovalec doseže normo na tekmovanju v tujini ga mora posredovati vodji mladinskega programa najkasneje 2 dni po zaključku tekmovanja.

EVROPSKI MLADINSKI POKAL in EVROPSKO PRVENSTVO

25. 07. 2022 – 30. 07. 2022 , Bukarešta (ROU)

15.08.2022 – 20.08.2022, Lilleshall (GBR)

Na tekmi Evropskega mladinskega pokala in na Evropskem prvenstvu za mladince in kadete lahko nastopijo lokostrelci z ukrivljenim in sestavljenim lokom v posamični in ekipni konkurenci. V vsakem slogu in kategoriji lahko na EMPOK-u nastopijo največ 4 lokostrelke/lokostrelci, na EP-ju pa 3 lokostrelke/lokostrelci.

- Vsak, ki je imenovan v reprezentanco, mora imeti pred odhodom na nastop veljavno zdravniško spričevalo in po potrebi negativen test na covid-19.
- Vodja programa ima pravico dopolnitve reprezentance v posameznem slogu in kategoriji s tekmovalko oz. tekmovalcem, ki sicer ne izpolnjuje kriterija minimalnega rezultata.
- Tekmovalcu z doseženo A normo stroške nastopov krije LZS.
- Tekmovalec z doseženo B normo sofinancira vsak svoj nastop v višini 300€.

Reprezentanca bo predlagana na podlagi rezultatov, ki jih bodo tekmovalci dosegli na:

- **Izbirnih tekmovanjih**, ki bodo predvidoma organizirana v Stožicah. Na tekmovanje se lahko prijavi vsak član LZS (letnik rojstva ≥ 2002). Vabilo na izbirna tekmovanja bo objavljeno na spletni strani: <http://www.archery-si.org/vrhunski-sport/mladinski>

11. 5. 2022

1. -rezultat: (2 ogrevalni seriji; **12*6** puščic + **12*3** puščice na tekmovalno razdaljo, ABC ritem) **÷ 3 x 0,2**

13. 5. 2022

2. -rezultat: (2 ogrevalni seriji; **12*6** puščic + **12*3** puščice na tekmovalno razdaljo, ABC ritem) **÷ 3 x 0,2**

30. 5. 2022

3. -rezultat: (2 ogrevalni seriji; **12*6** puščic + **12*3** puščice na tekmovalno razdaljo, ABC ritem) **÷ 3 x 0,2**

1. 6. 2022

4. -rezultat: (2 ogrevalni seriji; **12*6** puščic + **12*3** puščice na tekmovalno razdaljo, ABC ritem) **÷ 3 x 0,4**

20. 6. 2022

5. -rezultat: (2 ogrevalni seriji; 108 **12*6** puščic + **12*3** puščice na tekmovalno razdaljo, ABC ritem) **÷ 3 x 0,4**

22. 6. 2022

6. -rezultat: kvalifikacijski rezultat tekmovanja. **x 0,3**

Končna uvrstitev se naredi na podlagi izračuna vseh strelav na izbirnih tekmovanjih:

(1.rezultat + 2.rezultat + 3.rezultat + 4.rezultat + 5.rezultat + 6.rezultat) \geq pričakovani rezultat

Pričakovani minimalni rezultati, ki naj bi jih tekmovalci dosegali za uvrstitev v reprezentanco:

1. EMPOK – Bukarešta, ROU in EVROPSKO PRVENSTVO- Lilleshall, GBR								
kategorija	RJM	RJW	CJM	CJW	RCM	RCW	CCM	CCW
A norma	635	609	684	672	645	623	684	663
B norma	627	609	679	668	637	619	680	663

Višina A norme je postavljena na 32. mesto za UL in 16. mesto za SL na zadnjih štirih prvenstvih (EP&SP)

Višina B norme je za UL postavljena na ½ uvrščenih na zadnjih štirih prvenstvih (EP&SP)

DRŽAVNO PRVENSTVO TARČNO in DVORANSKO

Vsi člani kadetske in mladinske selekcije so dolžni nastopiti na tem tekmovanju.

FINANČNI NAČRT

Strošek izvedbe programa je ocenjen na 75.000 €.

Realizacija programa bo v največji meri odvisna od pridobitve sredstev s strani FŠ in MIZKŠ in od omejitev izvajanja športnih aktivnosti. Ob morebitni spremembi višine finančnih sredstev namenjenih mladinskemu programu od predvidene ali drugih pogojev za izvajanje programa, bodo naknadno narejene spremembe programa.