

6. Szakmai programok, válogatási elvek, rendszerek a Gyorsasági Ágazatban

Darázs István Gyorsasági Ágazat Igazgató

Telegdi Attila Gyorsasági Ágazat Sportszakmai Vezető

Szöllősi Szabolcs Gyorskorcsolya Vezetőedző

Szabó Krisztián Short track Utánpótlás Vezetőedző

Bánhidi Ákos Short track Olimpiai válogatott edző

Csoportok, keretek, edzők sportáganként:

SS keretek:

- Nagy Konrád (Todd McLements)
- Junior válogatott keret (Szöllősi Szabolcs)

ST keretek:

- Olimpiai “A” keret (Zhang Ying, Bánhidi Ákos)
- Olimpiai “B” keret (Szabó Krisztián, Belovai József, Lakatos Tamás)
- Utánpótlás keret (Szabó Krisztián, Belovai József, Lakatos Tamás)

ST olimpiai keret mellett dolgozó stáblista:

- Bánhidi Ákos (edző)
- Zhang Ying (edző)
- Juhász Bianka, Puskás Sándor (funkcionális edző)
- Simon Balla István (atlétikai sprintedző)
- Hladony Sándor (masszőr, fizioterapeuta)
- Illefalvi Zsolt (video technikus)
- Dr. Kovács Péter (terhelésdiagnosztika)
- Dr. Tállay András (keretorvos, sportsebész)
- Tihanyi András (sporttáplálkozási szakértő)
- Sportpszichológus (egyelőre egyéni)
- Knoch Balázs, Jae Su Chun (technikus)

Szakmai programok, felkészülés felépítése, válogatási elvek

- SS (Szöllősi Szabolcs)
- ST "A" keret (Bánhidi Ákos)
- ST „B” keret (Szabó Krisztián)

SS Speed skating, gyorskorcsolya (Szöllősi Szabolcs)

VÁLOGATÁSI ELVEK:

- 2015/2016-os Junior Magyar Bajnokság: 12fő (6 fiú - 6 lány)
- 2015/2016-os Junior Magyar Bajnokság: 8fő (4 fiú - 4 lány)
- 2016. október 15-16. Összetett Magyar Bajnokság: válogatási sorrend 2016/2017-es szezon
- 2016/2017-es szezon ISU versenyen elért legjobb eredmény alapján: 2017/2018-as keret (12fő)

(SS) Felkészülés felépítése

- 2016.12.17-18. Budapest / Sprint Összetett Magyar Bajnokság
- 2017. 01.?? Collabo / ISU tábor (5fő)
- 2017.01.21-22. Collalbo / Junior Világ Kupa (Vk szint / max 4fő)
- 2017.02.04-05. Budapest / Junior Magyar Bajnokság

(SS) 2016/2017. évi válogatott keret

2016.október 15-16-ig

Férfi:

1. Bejczy Botond (Jégmester)
2. Kun Balázs Bence (TDKE)
3. Szögi Tamás (TTKE)
4. Erdős Dávid (TTKE)
5. Iványi Tamás (TTKE)
6. Gyurmánczi Dániel (TDKE)

Női:

1. Malinovszky Lilla (TDKE)
2. Nagy Alexandra (TDKE)
3. Rigó Nikolett (TDKE)
4. Sebők Dominika (LKSE)
5. Gardi Dominika (TTKE)
6. Kovács Vivien (JSE)

(SS) Szezon mérései

- 30m - 60 m - 1500m / futás
- Fekvőtámasz
- Húzódzkodás
- Felülés
- Planking
- Helyből távolugrás
- Terheléses vizsgálat (OSEI)

ST B - Utánpótlás Válogatott (Szabó Krisztián)

Céljaink:

- az ország különböző városaiban működő utánpótlásműhelyek tehetséges versenyzőit felkarolni
- központi felkészülést , versenyeken való részvételt biztosítani, edzőtáborokat szervezni
- megteremteni a felkészüléshez nélkülözhetetlen jeges edzéseken való részvétel lehetőségét
- folyamatosan új impulzusokat adni az olimpiai keretnél dolgozó szakemberek bevonásával
- utat mutatni az olimpiai keret eléréséhez

ST B - Utánpótlás Válogatott tagjai

Fiúk						Lányok					
1	Nemes	Krisztián	MTK	1999.12.23	Junior "B"	1	Varga	Regina	MTK	2001.07.18	Junior "C"
2	Szemmári	László	SZKE	2000.02.24	Junior "B"	2	Katona	Lilla	PSN	2002.02.26	Junior "C"
3	Vajda	Balázs	MTK	2000.05.12	Junior "B"	3	Somogyi	Barbara	JSE	2002.08.09	Junior "C"
4	Révész	Gergő	SZKE	2000.09.14	Junior "B"	4	Dobrán	Fanni	MTK	2002.12.23	Junior "C"
5	Sirály	Farkas	MTK	2001.01.11	Junior "B"	5	Kurta	Bíborka	JSE	2002.11.20	Junior "C"
6	Kmetykó	Péter	TKKSE	2001.07.19	Junior "C"	6	Nagy	Anna Kerubina	JSE	2002.10.25	Junior "C"
7	Szigeti	Ádám	MTK	2001.09.12	Junior "C"	7	Ozsváth	Lili	SZKE	2003.12.01	Junior "D"
8	Bontovics	Balázs	MTK	2002.04.04	Junior "C"	8	Dobrán	Flóra	MTK	2004.08.22	Junior "D"
9	Gera	Márton	TKKSE	2002.10.06	Junior "C"	9	Szigeti	Dóra	MTK	2006.08.03	Junior "E"
10	Nógrádi	Bence	TKKSE	2002.07.29	Junior "C"						
11	Zsigó	Máté	JSE	2002.10.08	Junior "C"						
12	Zsigó	Bence	JSE	2002.10.08	Junior "C"						
13	Jászapáti	Péter	SZKE	2003.02.07	Junior "C"						

ST B Utánpótlás Válogatott Programjai

- Májustól szeptemberig havonta 2-3 jeges összetartást tartottunk
- Júniusban Mátraházán erőnléti edzőtábort tartottunk
- Októbertől –márciusig havonta 1-2 jeges összetartást tervezünk
- A Danubia sorozat 6 állomásán versenyeztetjük a keretben lévő versenyzőket
- Az Európa Kupára(EK) kvalifikálódó versenyzőket felkészítjük és versenyeztetjük az EK-ig
- A Junior Világbajnokságra kvalifikálódó versenyzőket segítjük a felkészülésükben

ST B UTP Válogatási elvek

Utánpótlás Válogatott Keret Válogatási Elvek 2016-2017										
Alapelvek:					500m		1000m		1500m	
1.	Megfutott szintidők általi rangsor	10%			női	férfi	női	férfi	női	férfi
2.	Edzésen ,edzőtáborban elvégzett munka, hiányzások,	20%	jun A		00:46,0	00:44,0	01:34,0	01:30,0	02:27,0	02:22,0
3.	Versenyeken elért eredmények figyelembevétele	30%	jun B		00:47,0	00:45,0	01:36,0	01:33,0	02:29,0	02:24,0
4.	Versenyeken mutatott hozzáállás, motiváció, versenyzői magatartás,	30%	jun C		00:50,0	00:47,5	01:41,0	01:38,0	02:33,0	02:28,0
5.	Mindenkori helyezése az éves aktuális Ranglistán	10%	jun D		00:52,0	00:50,0	01:46,0	01:43,0	02:39,0	02:34,0
<u>Megjegyzés:</u>		A szintidőket megfutók rangsorában minél több táv szintideje van meg annál jobb helyezés érhető el.								
Verseny	Tárgy			Verseny időpontja			Ciklus zárása			
Danubia Series	Jun A-B Danubia kupára			2016.szeptember 23-25.			Zárás:	2016.09.15		
	Jun C-D Danubia kupára			2016. október 7-9.			Zárás:	2016.09.30		
A továbbiakban mindig az aktuális Danubia rangsor alapján alakítjuk ki a résztvevő csapatot										
Junior VB	A Junior VB-re történő válogatásnál a komplex alapelveket vesszük figyelembe			2017.január 27-29.			Zárás:	2017.01.10		
junior EK	A Junior Európa kupán a Danubia sorozatban jogot szerző versenyzők vehetnek részt.			2017.március 17-19.			Zárás:	2017.02.12		
Egyéb	Az egyéb versenyekre, edzőtáborokra történő válogatásnál a komplex alapelveket vesszük figyelembe									

ST Olimpiai „A” keret versenyzői (Bánhidi Ákos)

Nők:

1. Heidum Bernadett
2. Keszler Andrea
3. Jászapáti Petra
4. Bácskai Sára Luca
5. Kónya Zsófia
6. Sziliczei Német Rebeka
7. Túri Anna

Férfiak:

1. Knoch Viktor
2. Oláh Bence
3. Burján Csaba
4. Varnyú Alex
5. Liu Shaolin Sándor
6. Liu Shaoang
7. Sziklási András
8. Tiborcz Dániel
9. Talabos Attila
10. Kruger Cole (honosítás alatt)

(ST) Olimpiai „A” keret válogatási elvek

1 Cycle		2 Cycle	
From:	2016 European Ch.	From:	After Danubia 1
Til:	Hungarian Senior Championchips	Til:	4 World cup
For:	2016 World cup 1-2-3-4	For:	2017 European ch.
Unjustified absence	10%	Unjustified absence	10%
Training quality	20%	Training quality	20%
Tests: 7 laps (Hungarian ch.)	15%	Tests:	----
Competition results: 2016 European Ch.-Junior World ch.-World ch.-World cups- Hungarian ch.	20%	Competition results: Danúbia cup 1-3-5 -World cups 1-2-3-4	35%
Time ranking	5%	Time ranking	5%
Coach opinion	30%	Coach opinion	30%

(ST) Olimpiai „A” keret válogatási elvek

3 Cycle		Competitions	Priority	Skaters
From:	European Ch.	Danubia 1 Sept. 23-25	5	
Til:	After Winter Universiade	Hungarian ch. Oct.01-03	4	
For:	2017 World ch.	World cup 1 nov. 04-06	3	
Unjustified absence	10%	World cup 2 nov. 11-13	2	
		Danubia 3 nov. 25-27	5	
Training quality	20%	World cup 3 dec. 09-21	2	
		World cup 4 dec. 16-18	2	
Tests: For open question 7 laps ?? Or another	----	Danubia 5 Jan. 06-08	5	
		European ch. Jan. 13-15	1	
Competition results: European ch.-World cup 5-6-Universiade games- World junior ch.	35%	Universiade jan.29-feb.08	5	
		World cup 5 febr. 03-05	?	
		World cup 6 febr. 10-12	?	
Time ranking	5%	World ch. Marc. 10-12	1	
Coach opinion	30%			

KÉRDÉSEK, VÁLASZOK

KÖSZÖNJÜK MEGTISZTELŐ
FIGYELMÜKET!