



Članovima Tehničkog odbora  
Klubovima MSG, članicama HGS-a

**Predmet: Poziv na zajednički trening mlađih dobnih kategorija Lučko 6. - 7. rujna 2019.**

Poštovani,

temeljem Plana i pregleda stanja mlađih dobnih kategorija MSG te treninga održanog od 18. – 20. lipnja u Osijeku pozivam gimnastičare mlađih dobnih kategorija na zajednički trening koji će se održati **6. i 7. rujna 2019. u Sportskom centru Lučko u Zagrebu**, Ježdovečka ul. 3, 10250, Zagreb.

Na osnovu prikazanog na treningu održanom u lipnju 2019. u Osijeku, treningu u Lučkom obavezni su se odazvati gimnastičari:

Mlađi juniori:

1. **Karlo Karaga, (Ogulin), (15)**
2. **Luka Vuković, (Ogulin), (14)**
3. **Borna Hadži-Veljković (Novi ZG), (14)**
4. **Marko Kendel, (Petrinja), (13)**

Kadeti:

1. **Davor Stipac (ZTD), (12)**
2. **Dominik Pleše, (Rijeka), (11)**
3. **Niko Neveščanin, (Zadar), (11)**
4. **Roko Krupić, (Zadar), (11)**

Pored gimnastičara na trening se pozivaju i njihovi treneri:

1. **Željko Jambrović, (HGS)**
2. **Marinko Jurašić, (HGS)**
3. **Miroslav Pavlović, (Rijeka)**
4. **Josip Morožin, (Zadar)**
5. **Saša Šolja (NZ)**
6. **Lucijan Krc (ZTD)**

Svi ostali gimnastičari mlađih dobnih kategorija kao i njihovi treneri mogu se odazvati zajedničkom treningu. Poimenično pozvani gimnastičari i treneri dužni su potvrditi dolazak, a svi ostali gimnasti i treneri dužni su prijaviti sudjelovanje na adresu: [hgsa@net.hr](mailto:hgsa@net.hr) najkasnije **do 30. kolovoza**.

Za poimenično navedene gimnastičare i trenere troškove puta i boravka podmirit će HGS iz fonda za rad s mlađim dobnim kategorijama **sukladno postignutim rezultatima na treningu u Osijeku. (Tablica 2)**. Svi ostali samostalno organiziraju i financiraju prijevoz/boravak u Zg/Lučkom.

Radi boljeg uvida u sadržaj rada i pripreme za trening priložena je satnica i okvirni program rada. **(Tablica 1)**



**Tablica 1: Satnica:**

Petak, 06. rujna	Dolazak i okupljanje u SC Lučko do 10:00 Trening 10:30 – 13:30 Ručak (SC Lučko) 13:30 Smještaj (za HGS hotel Calypso) 14:30 <b>Sastanak trenera 15:00 - 16:30</b> Trening 17:00 – 19:30 Večera 20:00 (SC Lučko)
Subota, 07. rujna	Doručak 8:00 (za HGS hotel Calypso) Trening 9:00 -12:30 Ručak 13:00 (SC Lučko) Trening 15:00-17:00 Odlazak iza 17:00 (lunch paket SC Lučko)

**Cilj treninga:**

Utvrđiti trenutnu formu i fond savladanih elemenata planiranih u vježbi za jesensku sezonu. Razraditi plan rada/natjecanja do kraja ove godine. Utvrđiti smjernice i kalendar za sljedeću god.

**Zadaci i obveze na treningu:**

1. Provjera elemenata po spravama

Mlađi juniori 8 elemenata

Kadeti 6 elemenata

Elementi se mogu izvoditi pojedinačno i proizvoljnim redoslijedom. Kad je gimnastičar spreman, dovoljno je najaviti element odgovornom treneru za spravu i izvesti ga.

2. Provjeriti vrijednost zahtjeva/saskoka, utvrditi koji zahtjevi nedostaju.

3. Preskok se može raditi na mekanu strunjaču doskočne visine u jamu – odrediti D ocjenu

**Tablica 2: Troškovi:**

R.br.	Ime i prezime	kateg	% bodova	% troškova HGS	Treneri		% troškova HGS
1	LUKA VUKOVIĆ	MJ	59,35	60	1	Marinko Jurašić	100
2	KARLO KARAGA	MJ	45,98	50	2	Željko Jambrović *	100
3	MARKO KENĐEL *	MJ	33,26	30	3	Josip Morožin	50
4	BORNA HADŽI-VELJKOVIĆ*	MJ	32,61	30	4	Miro Pavlović	30
5	NIKO NEVEŠČANIN	K	52,50	50	5	Saša Šolja *	30
6	ROKO KRUPIĆ	K	41,09	40	6	Lucijan Krce	30
7	DAVOR STIPAC *	K	33,48	30	7	Ratko Vuković *	100
8	DOMINIK PLEŠE	K	31,41	30	8	Mario Vukoja	100

\* za gimn/trenere označenim \* nema noćenja - samo obroci

Za pozvane gim/tren boravak (noćenje petak/subota, 6/7 rujna) bit će u Hotelu Calipso, a ručak i večera u restoranu SC Lučko ukoliko potvrde sudjelovanje do 30.08. na adresu: [hgsa@net.hr](mailto:hgsa@net.hr).

Za sve ostale info: Hotel Calypso | T: 00 385 (0)1 65 30 000 | E-mail: [calypso@hotel-calypso.hr](mailto:calypso@hotel-calypso.hr)  
[Hojnikova 43 | 10250 Zagreb – Lučko](http://Hojnikova 43 | 10250 Zagreb – Lučko) | Web: [www.hotel-calypso.hr](http://www.hotel-calypso.hr)

Za ručak/večeru u SC Lučko potrebno je potvrditi konzumaciju do 02.09. na adresu: [hgsa@net.hr](mailto:hgsa@net.hr)

Noćenje u Hotelu Calypso je 250 kn, a ručak ili večera u SC Lučko najviše cca 50 kn (ovisno o broju i trenutnim zahtjevima)

Na Hvaru, 22. kolovoza 2019.

Koordinator za rad s mlađim dobnim kategorijama

Ratko Vuković

