

# ATLETIKA

- Vítkáme Vás na Sportovním gymnázium Pardubice. Říká se, že atletika je královnou sportů a je tomu skutečně tak. Je v ní takový rozsah disciplín, že se v ní mohou úspěšně uplatnit jedinci menšího i vyššího vzrůstu, robustní i štíhlí, zkrátka všichni mají šanci. V atletice se můžete všichni prosadit. Nejlepším sportovcem ČR se v uplynulém roce stala atletka Bára Špotáková/absolventka SG Praha/. Před ní to byl desetibojař Roman Sebrle, olympijský vítěz 2004 a světový rekordman. Není náhodou, že ve svých 16-20 letech trénoval právě u nás v Pardubicích.



# HISTORIE



**Jitka BURIÁNOVÁ**

- 3.místo MEJ 1995
- 7.místo OH 2000



**Lukáš PATERA**

- 3.místo MSJ „17“ 2003



**Lenka FICKOVÁ**

- 7.místo OH 2000
- 5.místo MSJ“17“ 1999
- 5.místo MEJ 2001

- Pardubické Sportovní gymnázium vzniklo v roce 1984 a historie úspěchů atletiky na SG je skutečně veliká. Vyrostla tu celá řada mistrů České republiky, reprezentantů ČR nejen v kategoriích mládeže, ale i dospělých. Ti nejlepší startovali na vrcholných světových soutěžích, jako jsou Olympijské hry, mistrovství světa a mistrovství Evropy. Úspěšní absolventi SG přecházejí do vrcholových atletických center.

# SOUČASNOST

- V současné době je na Sportovním gymnáziu v Pardubicích 41 atletů /21 chlapců, 20 dívek/. Atleti patří pravidelně mezi nejlepší v ČR.
- V roce 2010 přivezli z mistrovství ČR celkem 18 medailí /6 zlatých, 8 stříbrných a 4 bronzové/. Mezi reprezentanty ČR se zařadili Lukáš Mašín, Lada Nováková, Nikola Řehouňková, Kryštof Kratochvíl/“17“/. Největšího úspěchu dosáhla Nikola Řehouňková, která na první Olympiádě mládeže v Singapuru obsadila 10.místo v běhu na 400m př.





**Kryštof KRATOCHVÍL**  
**mistr ČR 2000m př.**



**Klára CHMELÁŘOVÁ**  
**juniorská mistryně ČR v hale**

## **Pozor změna!!!**

- Od loňského roku byly sportovní gymnázia zařazeny mezi speciální výběrové školy /stejně jako např.konzervatoře/ a na příští školní rok se přihlášky ke studiu u nás podávají dříve -již do **30.11.2010!!!**
- Talentové a přijímací zkoušky se budou konat již 10-11.1.2011!!! Při průměrném prospěchu do 1,5 se přijímací zkoušky dělat nemusí!!
- Tento dřívější termín přijímacích a talentových zkoušek je velkou výhodou pro všechny zájemce o studiu u nás - přihláška na SG vůbec nikoho neomezí v podání jiné přihlášky na další střední školu,kde je termín odeslání až do konce února 2011. V této době již uchazeči o SG budou dávno vědět výsledek přijímacího řízení.
- Navíc pořádáme s předstihem zkušební talentové zkoušky, a to v sobotu 16.10.2010 /od 9,45 hod./ v hale a tunelu Sokola Pardubice, Jiráskova 29 - vedle 50m bazénu/, kde si každý bez obav může vše vyzkoušet!!!

# STŘEDOŠKOLSKÝ POHÁR

- Ve Středoškolském poháru Sportovních gymnázií ČR/je jich 10/ patříme tradičně mezi nejlepší. V roce 2004,2005,2008 chlapci zvítězili a v roce 2007 přidali druhé místo.Dívky získaly v roce 2005 bronz ,v loňském roce obsadily čtvrtou příčku a 2007 se umístili na výborném 2.místě.V letošním roce chlapci čtvrté místo,děvčata skončila na třetím místě!!!
- Chlapci a děvčata k nám přichází z různých atletických klubů. Během studia mohou klidně dál závodit za své původní mateřské kluby, nemusí nikam přestupovat. V případě zájmu je samozřejmě možné závodit za některý ze silných pardubických klubů.
- Žáci SG ,kteří splňují kritéria jsou zařazováni do SCM /sportovní centra mládeže/ a mohou tak využívat podpory ČAS pro sportovní přípravu.



# TRÉNINKOVÉ PODMÍNKY



- Skvělé tréninkové podmínky umožňují kvalitní celoroční přípravu. V letním období na novém osmiproudovém městském stadiónu s umělým povrchem, v zimním období v kryté hale a tunelu také s nově položeným umělým povrchem. Celý rok je možné trénovat všechny disciplíny, hala je vybavena doskočišti pro skok daleký, výšku i skok o tyči, dále vrhačským kruhem i odhodovou sítí pro trénink koule, disku, oštěpu i kladiva. Součástí haly je i vybavená posilovna. Pro sportovní přípravu je dále k dispozici herní hala (palubovka) a menší tělocvična. Přímo v budově školy je nově a velice dobře vybavená posilovna, kde trénink je příjemně zpestřen hudební kulisou.

# VÝCVIKOVÉ TÁBORY

- Každoročně jsou uspořádány v rámci tréninkové přípravy 3-4 výcvikové tábory. Začátkem prosince je to kondiční soustředění na horách (nejčastěji jezdíme do Krkonoš). Na přelomu dubna a května na závěr jarního přípravného období pořádáme soustředění s rychlostně technickým či jiným speciálním zaměřením (jezdíme do Čáslavi, Staré Boleslavi, Prahy apod.). O letních prázdninách během srpna je to pak kondičně herní a technické soustředění. Některé tréninkové skupiny jezdí i na další soustředění – např. po halové sezóně a nebo naopak před halovou sezónou. S některými atlety jsme byli na soustředěních také v Itálii či na Kanárských ostrovech. Ti nejlepší jsou navíc zváni k účasti na výcvikových táborech dorostenecké a juniorské reprezentace.



# TRENÉŘI

Na Sportovním gymnáziu působí celkem čtyři profesionální atletiční trenéři. Svými specializacemi a zaměřením prakticky zabezpečují trénink všech atletických disciplín. Dokážou v každém objevit to, na co má a ve které disciplíně se mu bude dařit nejvíce. Všichni trenéři jsou zkušení a mají za sebou mnoho trenérských úspěchů a výborných svěřenců. Od roku 2010 nově nastoupil trenér sprintu a dálky Pavel Hykl.

Ladislav Hrstka  
trenér sprintu I.tř.

Mgr. Miroslav Nosek  
trenér skoky, víceboje II.tř.

Mgr. Helena Kramářová  
trenérka běhů II.tř.

Mgr. Jaroslav Jón  
trenér skoků I.tř.



# REGENERACE A LÉKAŘSKÉ PROHLÍDKY



- Studenti mají do sportovní přípravy začleněnou pravidelnou regeneraci. Zcela zdarma mohou využívat 2-3x týdně saunu a podle potřeby masáže prováděné zkušenými maséry. To vše v budově školy.
- Každoroční pravidelné lékařské prohlídky a průběžné sledování zdravotního stavu je na SG samozřejmostí. Český atletický svaz vypracoval systém zdravotní péče o talentované atlety a seznam spolupracujících lékařů. Naše gymnázium využívá spolupráce nejen s lékaři v Pardubicích/rehabilitační lékař MuDr.Tomáš Vrbica přímo v budově školy-okamžité vyšetření!!!/, ale i v Hradci Králové, Chrudimi, Praze atd. Sportovní gymnázium se finančně podílí na úhradě sportovních lékařských prohlídek.

# BEZVA PARTA

- Kolektiv mladých sportovců vždy vytváří vynikající partu, vznikají zde skutečně pravé kamarádské vztahy. Během studia na SG prožijete opravdu hezké chvíle a získáte mnoho krásných zážitků. Je zde také záruka, že atletiky nezanecháte, že nesklouznete na šikmou plochu.



# ÚČAST NA ZÁVODECH



Lada NOVÁKOVÁ  
mistryně ČR v krosu



Michaela NOSKOVÁ  
několikanásobná mistryně ČR ve skoku o tyči

- Je zřejmé, že sportovní přípravu, trénink je třeba zúročit a ověřit. Studenti mají stanovené výkonnostní cíle na celý rok a během sezóny je mnoho příležitostí je splnit.
- Hlavními závody jsou mistrovství ČR a krajské přebory a dále pak soutěže družstev. Znovu připomínáme, že každý závodí za klub podle své vůle a přijetí na SG neznamena, že musí závodit za pardubický klub.
- Výkonnost je u každého rozdílná, někdo je lepší, někdo horší. Nezřídka se stává, že po roční soustavné přípravě se z průměrného či začínajícího atleta stane borec, který vyhraje krajský přebor nebo na mistrovství ČR se dostane do finále či získá medaili.

# KAM PO „GYMPLU“?



- S úspěchy sportovními souvisí i úspěchy studijní. Mnoho našich studentů vystudovalo či studuje na nejrůznějších typech vysokých škol /lékařské fakulty, právnické, tělovýchovné, ekonomické, technické strojní či stavební, filosofické, pedagogické, vojenské atd./. Procento přijatých studentů na VŠ z našeho SG je velmi vysoké. Ti nejlepší mohou získat sportovní stipendium na všech typech vysokých škol u nás /USK Praha/ i v zahraničí /USA, Anglie atd./. Po maturitě jsou všichni dobře připraveni jak po sportovní tak po studijní stránce.

# CO JE POTŘEBA UDĚLAT?

- podat včas přihlášku na Sportovní gymnázium Pardubice
- dostavit se k talentovým zkouškám
- dostavit se k přijímacím zkouškám



# DÁLE DOPORUČUJEME:

- zúčastnit se zkušebních talentových zkoušek pro atletiku – termín: 16.10.2010 od 9,45 hodin, místo: hala a tunel Sokola Pardubice, Jiráskova 29 /Na Olšinkách, poblíž plav. bazénu/
- navštívit SG a získat bližší informace – dny otevřených dveří na SG Pardubice: 7.10.2010 a 4.11.2010 vždy 15-17 hodin. Po dohodě lze navštívit SG kdykoliv.
- dodat nám kontakt na vás, abychom vám mohli poslat zpravodaj SG, kde informujeme atletické zájemce o studium na SG o všem potřebném.
- využít našich nabídek k účasti na některém výcvikovém táboře SG pro poznání atmosféry.

# ZÁVĚR

- Přejeme Vám hodně síly pro správné rozhodnutí. Uvědomte si, že pokud máte sport a atletiku rádi, tak pouze u nás na Sportovním gymnáziu je ideální spojení studia a sportu, že pouze u nás jsou ty nejlepší podmínky.

Zdraví Vás kolektiv trenérů atletiky SG Pardubice.

- Naše kontaktní adresa a spojení:
- Sportovní gymnázium, Dašická 268, 530 03 Pardubice
- Tel. 466650687
- [www.sgpce.cz](http://www.sgpce.cz)
- E-mail trenéři: [jarjon@seznam.cz](mailto:jarjon@seznam.cz) tel. 605129639
- [nosek006@seznam.cz](mailto:nosek006@seznam.cz) tel.723939795
- [helenakramarova@centrum.cz](mailto:helenakramarova@centrum.cz) tel.737718692
- L.Hrstka,tel.722731220
- [pavelhykl@seznam.cz](mailto:pavelhykl@seznam.cz) tel.737867904

# REKORDY SG DÍVKY

## DOROSTENKY 16-17 let

60m h	FICKOVÁ Lenka,82	7,68s
100m	FICKOVÁ Lenka,82	11,91s
200m	FICKOVÁ Lenka,82	23,88s
300m	BURIANOVÁ Jitka,77	40,3s
400m	FICKOVÁ Lenka,82	55,45s
800m	TICHÁ Helena,71	2:13,01min.
1500m	KRÁTKÁ Jitka,74	4:30,24min.
3000m	FUTASOVÁ Jana,69	10:10,24min.
60m př. h	NOSKOVÁ Michaela,90	9,00s
100m př.	KOŠŤÁLOVÁ Zuzana,72	14,61s
300m př.	BARTOŠOVÁ Alžběta,89	45,12s
400m př.	ULRICHOVÁ Kateřina,87	1:03,42min.
1500m př.	HROUZKOVÁ Andrea,86	5:37,87min.
DÁLKA	GRUBEROVÁ Vlasta,76	598cm
VÝŠKA	NOVOTNÁ Jiřina,70	173cm
TYČ	NOSKOVÁ Michaela,90	370cm
TROJSKOK	PEICHLOVÁ Zuzana,79	11,81m
KOULE	KLOZOVÁ Věra,72	15,25m
DISK	FORMÁNKOVÁ Jana,72	43,46m
OŠTĚP	KLOZOVÁ Věra,72	44,84m
KLADIVO	LAJBNEROVÁ Kateřina,83	29,15m
PĚTIBOJ h	GRUBEROVÁ Vlasta,76	3759b.
SEDMIBOJ	HRNČÍŘOVÁ Šárka,70	4898b.

## JUNIORKY 18-19let

60m h	FICKOVÁ Lenka,81	7,56s
100m	FICKOVÁ Lenka,82	11,67s
150m	KOŽENÁ Marcela,77	18,7s
200m	FICKOVÁ Lenka,82	23,60s
300m	FICKOVÁ Lenka,82	38,61s h
400m	FICKOVÁ Lenka,82	53,53s
800m	NEUMANNOVÁ Radka,73	2:12,60min.
1500m	KUBÍNOVÁ Jaroslava,73	4:35,39min..
3000m	KRÁTKÁ Jitka,74	9:54,73min.
60m př. h	SEIDLOVÁ Petra,81	8,81s
100m př.	SEIDLOVÁ Petra,81	14,42s
400m př.	ULRICHOVÁ Kateřina,87	1:01,45min.
3000m př.	KUBEOVÁ Jana,85	12:13,58min.
DÁLKA	FICKOVÁ Lenka,82	600cm h
VÝŠKA	NOVOTNÁ Jiřina,70	166cm
TYČ	NOSKOVÁ Michaela,90	377cm h
TROJSKOK	GRUBEROVÁ Vlasta,76	12,89m
KOULE	LAPÁČKOVÁ Andrea,72	13,98m
DISK	FORMÁNKOVÁ Jana,72	43,46m
OŠTĚP	KLOZOVÁ Věra,72	46,94m
PĚTIBOJ h	GRUBEROVÁ Vlasta,75	3642b.
SEDMIBOJ	GRUBEROVÁ Vlasta,76	5154b.

# REKORDY SG HOŠI

<u>DOROSTENCI</u>	<u>16-17let</u>		<u>JUNIOŘI</u>	<u>18-19let</u>	
60m h	PATERA Lukáš,86	6,88s	60m h	PATERA Lukáš,86	6,87s
100m	PATERA Lukáš,86	10,78s	100m	RYMEŠ Jan,72	10,71s
150m	PROCHÁZKA Petr,70	16,5s	150m	NEUMANN Jiří,70	16,7s
200m	BAKEŠ Martin,90	21,90s	200m	BARTAKOVIČ Radek,70	21,93s
300m	KOŠTÁL Robert,78	37,2s	300m	HOLEC Tomáš,87	35,04s
400m	PROCHÁZKA Petr,70	49,20s	400m	BARTAKOVIČ Radek,70	48,82s
800m	NOVOTNÝ Tomáš,73	1:56,44min.	800m	GABRIEL Petr,82	1:52,16min.
1500m	NOVOTNÝ Tomáš,73	3:54,79min.	1500m	NOVOTNÝ Tomáš,73	3:54,80min.
3000m	NOVOTNÝ Tomáš,73	8:41,0min.	3000m	DEJDAR Lukáš,81	8:51,30min.
60m př.h	PATERA Lukáš,86	7,87s	110m př.	CHUDOMEL Václav,71	14,54s
110m př.	PATERA Lukáš,86	13,84s	400m př.	BARTAKOVIČ Radek,70	52,73s
300m př.	PROCHÁZKA Petr,70	38,9s	3000m př.	ZÁRUBA Jiří,83	9:17,76min.
2000m př.	NOVOTNÝ Tomáš,73	6:07,03min.	DÁLKA	ROHAN Zdeněk,73	739cm
DÁLKA	ROHAN Zdeněk,73	718cm	VÝŠKA	LOUČKA Pavel,75	200cm
VÝŠKA	CHUDOMEL Václav,71	201cm	TYČ	BARTAKOVIČ Radek,70	450cm
TYČ	DOSKOČIL LUKÁŠ,88	461cm	TROJSKOK	KOUBA Pavel,72	15,15m
TROJSKOK	KOUBA Pavel,72	14,73m	KOULE	MENŠÍK Dalibor,72	16,68m
KOULE	BEJR Aleš,77	16,39m	DISK	MENŠÍK Dalibor,72	45,84m
DISK	MENŠÍK Dalibor,72	46,14m	OŠTĚP	JÍLEK Jaroslav,89	69,79m
OŠTĚP	KUČERA Robert,78	70,06m	KLADIVO	MENŠÍK Dalibor,72	62,24m
KLADIVO	MENŠÍK Dalibor,72	61,32m	SEDMIBOJ h	PATERA Lukáš,86	5417b.
SEDMIBOJ h	PATERA Lukáš,85	5338b.	DESETIBOJ	BARTAKOVIČ Radek,70	7247b.
DESETIBOJ	PATERA Lukáš,86	7360b.			