

## AKTIVITY NÁRODNÉHO ŠPORTOVÉHO CENTRA



26. marec 2024

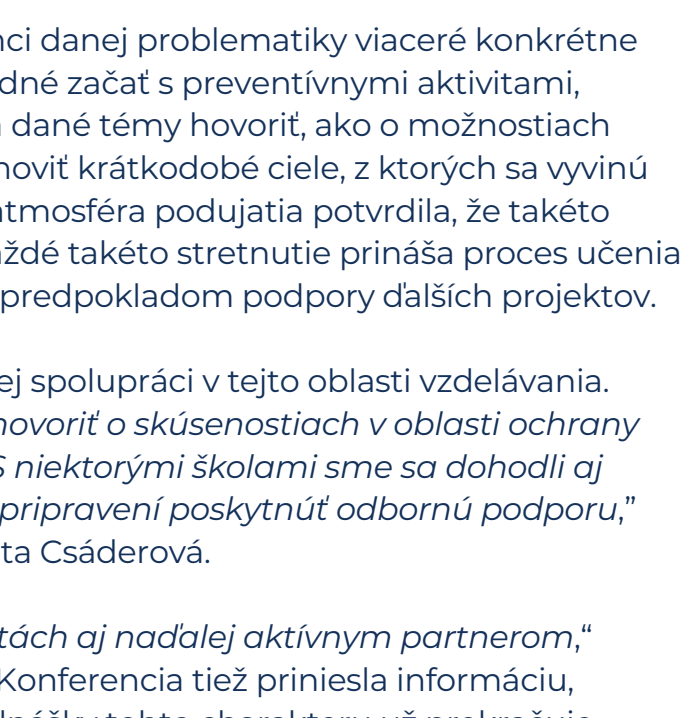
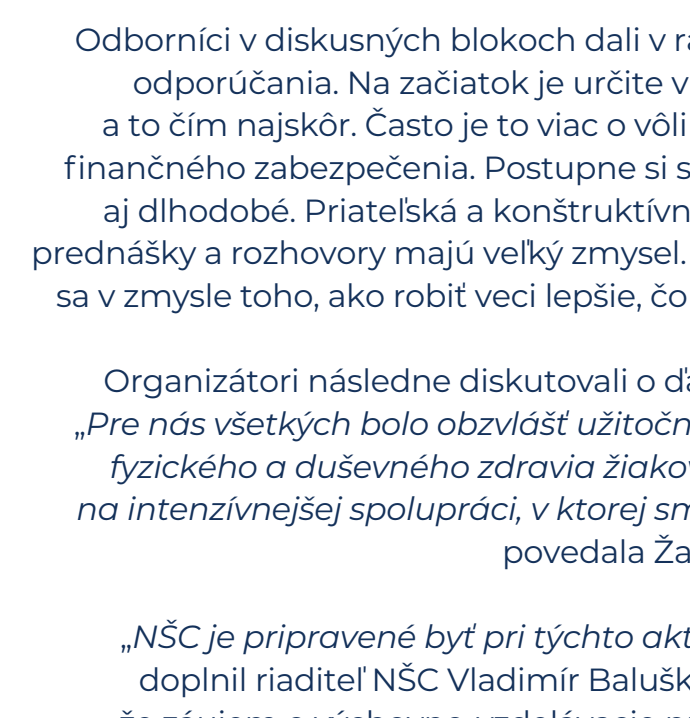
### Národná konferencia ŠPORTUJ ČISTO A PRE RADOSŤ

**Bohatá účasť na národnej konferencii „Športuj čisto a pre radosť“ potvrdila, že šport výraznou mierou prispieva k zdravému vývoju osobnosti detí a mládeže.**

Národné športové centrum (NŠC) a Antidopingová agentúra SR (SADA) majú v oblasti vzdelávania už tradičné výbornú spoluprácu. Na národnej konferencii v Banskej Bystrici prebehla otvorená diskusia, ktorá potvrdila aktuálnosť témy tohto edukačného podujatia. Za účasti učiteľov z celého Slovenska, športových odborníkov, ale aj študentov, došlo k zhode, že dosahovanie fyzického a duševného zdravia detí a mládeže pred negatívnymi výzvami je viac, ako aktuálny cieľ.

SADA má za uplynulý rok za sebou desiatky prednášok a táto konferencia v spolupráci s NŠC bola ďalšou v poradí, ktorá priniesla viaceré závery a odporúčania. Jedným zo záverov je skutočnosť, že mnohé oblasti spoločenského života dnes čelia v oblasti prevencie negatívnych javov viacerým výzvam.

Niektorí učitelia evidujú medzi žiakmi rôzne liekové výzvy, v značnej miere je aj zvýšené užívanie energetických nápojov, tabaku a ďalších nebezpečných a nebezpečných látok. Prihliadnuc na obsah konferencie, šport bol vyhodnotený, ako vhodný prostriedok na dosahovanie stanovených cieľov a propagovanie hodnôt čistého športu je prospešné nielen pre zdravie, ale aj pre radosť žiakov.



Odborníci v diskusných blokoch dali v rámci danej problematiky viaceré konkrétne odporúčania. Na začiatok je určite vhodné začať s preventívnymi aktivitami, a to čím najskôr. Často je to viac o vóli na dané témy hovoriť, ako o možnostiach finančného zabezpečenia. Postupne si stanoví krátkodobé ciele, z ktorých sa vyvinú aj dlhodobé. Priateľská a konštruktívna atmosféra podujatia potvrdila, že takéto prednášky a rozhovory majú veľký zmysel. Každé takéto stretnutie prináša proces učenia sa v zmysle toho, ako robí veci lepšie, čo je predpokladom podpory ďalších projektov.

Organizátori následne diskutovali o ďalšej spolupráci v tejto oblasti vzdelávania. „Pre nás všetkých bolo obzvlášť užitočné hovoriť o skúsenostiach v oblasti ochrany fyzického a duševného zdravia žiakov. S niektorými školami sme sa dohodli aj na intenzívnejšej spolupráci, v ktorej sme pripravení poskytnúť odbornú podporu,“ povedala Žaneta Csáderová.

„NŠC je pripravené byť pri týchto aktivitách aj naďalej aktívnym partnerom,“ doplnil riaditeľ NŠC Vladimír Baluška. Konferencia tiež priniesla informáciu, že záujem o výchovno-vzdelávacie prednášky tohto charakteru už prekračuje kapacitu SADA. NŠC a SADA, patriace pod Ministerstvo cestovného ruchu a športu SR. Sú však pripravené spoločne pokračovať v edukačných činnostiach rovnakého alebo podobného charakteru.



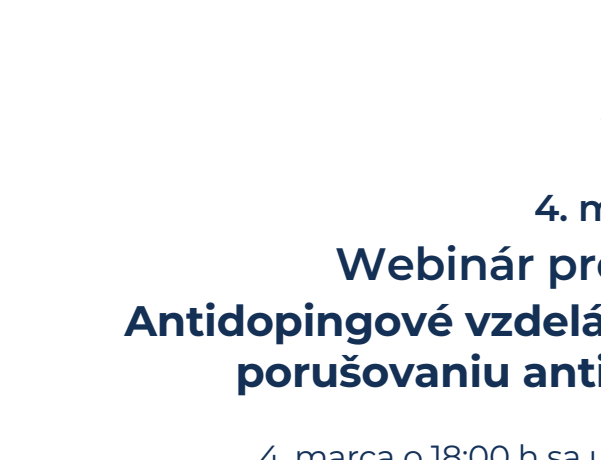
### Podcast: Na striedačku

Vypočujte si novú časť podcastu Na striedačku s Denisou Baránkovou, ktorá porozpráva o lukostrelbe, olympijskom sne, ako aj popularite tohto športu na Slovensku. Tak ako veslovanie, aj lukostrelba patrí medzi najtradičnejšie športy. Komerčne sa však v konkurencii futbalu, tenisu či hokeja presadzuje iba veľmi ťažko. A to obzvlášť na Slovensku. Napriek tomu si v nej môžete splniť svoj olympijský sen. Tak ako Denisa Baránková.

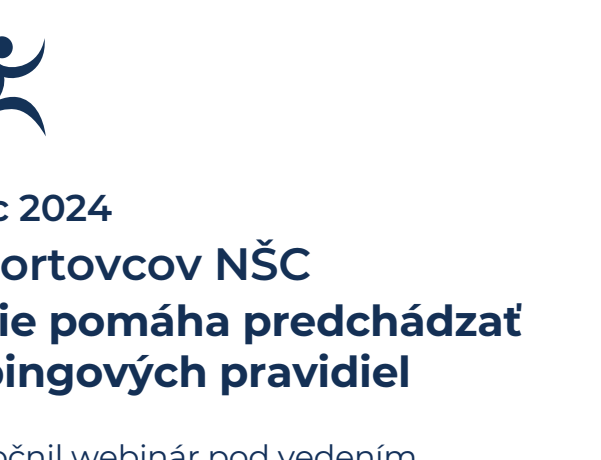
Skvele rozbehnutá sezóna, sny na dosah a behom sekundy je všetko preč. Tento pocit pozná takmer každý vrcholový športovec. Ako sa vysporiadať s vážnymi zraneniami vám v druhej novej časti podcastu prezradí Veronika Zuzulová.

Nové časti podcastu Na striedačku s moderátorkou Oľgou Konečnou Hamadejovou si môžete vypočuť na Spotify, alebo pozrieť ako videoverziju na našom youtube kanáli.

Prijemné počúvanie!



**Športy mimo svetiel reflektorov**  
Host podcastu: Denisa Baránková  
<https://www.youtube.com/watch?v=enXdiezWSRo>



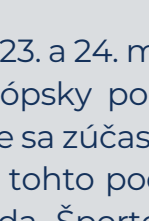
**Návrat po zranení kolena**  
Host podcastu: Veronika Zuzulová  
<https://www.youtube.com/watch?v=6FqYkijpXw>



21. marec 2024

### Testovanie reprezentantov v atletike (sekcia vrhov a hodov) a prednáška na tému - Výživa, pitný režim a životospráva športovca

Zúčastnilo sa 26 atlétov, ktorí absolvovali testovanie výbušnosti dolných končatín a testy rýchlostných schopností. Po testovaní sa presunuli do prednáškovej miestnosti a zamestnanci NŠC Mgr. Timotej Surán a Mgr. Richard Dúbravský prezentovali vyššie spomínanú tému. Na záver bola k téme krátka diskusia.

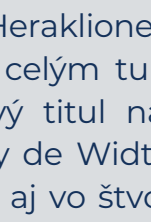


4. marec 2024

### Webinár pre športovcov NŠC Antidopingové vzdelávanie pomáha predchádzať porušovaniu antidopingových pravidiel

4. marca o 18:00 h sa uskutočnil webinár pod vedením PharmDr. Kamily Chornaničovej, PhD. z Antidopingovej agentúry SR. Webinár bol určený pre všetkých športovcov NŠC, ktorí sa zaujímajú aj o rôzne témy z oblasti antidopingu, ako napríklad antidopingové pravidlá, priebeh antidopingovej kontroly, ako sa zachovať v prípade nutnosti užívania liekov, ale aj to, ako si vybrať vhodné doplnky výživy.

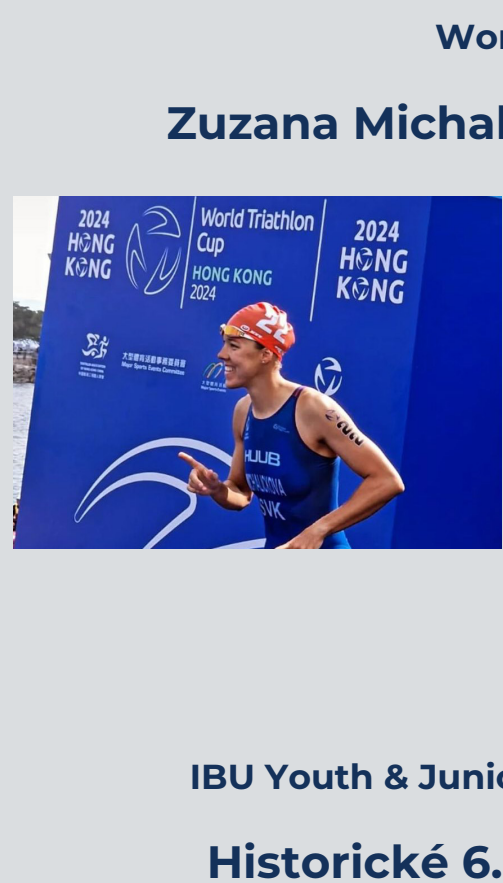
## NAŠI ŠPORTOVCI A ICH ÚSPECHY V MARCI



### JUDO

**Antalya Cadet European Cup 2024 & Samorin Cadet European Cup 2024**

#### Zlatá Patrícia Tomanková



V tureckej Antalye sa 2. a 3. marca konal Európsky pohár kadetov. V kategórii do 44 kg si zlatú medailu vybojovala jediná kadetka Národného športového centra Patrícia Tomanková, keď vo finále zdolala súperku z Azerbajdžanu.

V dňoch 23. a 24. marca 2024, sa na Slovensku konal historicky prvý Európsky pohár dorastencov. Na Európskom pohári v Šamoríne sa zúčastnilo 556 judistov z 21 krajín a 2 kontinentov, čo robí z tohto podujatia jedno z najväčších v histórii slovenského júda. Športovkyňa Národného športového centra, ako úradujúca majsterka sveta i Európy a zlatá medailistka z Európskeho olympijského festivalu mládeže 2023 v Maribore Patrícia Tomanková, potvrdila rolu favoritky kategórie do 44 kg aj na prestížnom Európskom pohári kadetov v Šamoríne a obhájila titul! Finálový súboj s Poľkou Nataszou Potokovou trval len 89 sekúnd. Členka juniorského olympijského tímu tak natiahla svoju už vyše rok trvajúcu sériu bez prehy na 30 súťažných duelov a vyhrala už deviaty turnaj v rade.



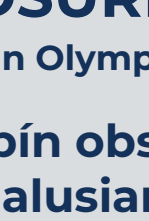
### KARATE

44. ročník GRAND PRIX SLOVAKIA 2024

#### Nina Kvasnicová a Lukáš Bohunický na Veľkej cene Slovenska



15. až 17. marca sa v Bratislave uskutočnil 44. ročník Veľkej ceny Slovenska. Na podujatí sa zúčastnilo 2 600 športovcov z 37 krajín sveta. Karatistka Národného športového centra Nina Kvasnicová v disciplíne kumite -55kg vybojovala 1. miesto a taktiež v kategórii U21 vybojovala 1. miesto. Karatista Národného športového centra Lukáš Bohunický v kategórii junior, v disciplíne kumite +76kg vybojoval 1. miesto a v kategórii U21 kumite -84kg vybojoval 3. miesto.



### TENIS

W15 Heraklion Tournament 2024

#### Úspech tenistky Niny Vargovej: Dva tituly na turnaji ITF WTT W15 v gréckom Heraklione



Fantastický úspech sa podaril tenistke Národného športového centra Niny Vargovej, ktorá na turnaji ITF WTT W15 v gréckom Heraklione získala tituly v dvojhre a aj štvorhre. Nina prešla celým turnajom bez straty setu a ziskala svoj druhý singlový titul na ženskom okruhu ITF. Zverienka trénerky Zuzany de Witd a kondičného Ladislava Olasza, zvíťazila na turnaji aj vo štvorhre. Po boku Francúzky Lucie Nguyenovej Tanovej zdolali vo vyrovnanom finále taliansko-grécku dvojicu Laura Mairová, Sapfo Sakellaridiová 4:6, 6:4, 11-9. Zaujímavosťou a špeciálnou bolo sakelariidiová finále vo dvojhre, kde si Nina Vargová poradila so Sofiou Milatovou 6:3, 6:3 za 114 minút.



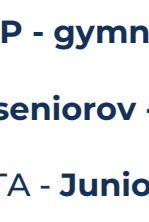
### TRIATLON

World Triathlon Cup 2024 Hong Kong

#### Zuzana Michalčíková zbiera cenné body v boji o OH



Triatlonistka Národného športového centra Zuzana Michalčíková má za sebou ďalšie úspešné preteky Svetového pohára. Na pretekoch v Hongkongu skončila na výbornom 9. mieste, čím si pripisuje ďalšie dôležité a cenné body v boji o blížiacu sa olympijské hry v Paríži!



### BIATLON

IBU Youth & Junior World Championships Biathlon, Otepää 2024

#### Historické 6. miesto v štafete na juniorských MS v biatlone aj s Alžbetou Gargulákovou



V hlavnom centre zimných športov v Estónsku v Otepää sa konali Majstrovstvá sveta juniorov a kadetov v biatlone, ktoré vyvrcholili štafetou družstiev. Súčasťou slovenského ženského biatlonového družstva bola aj naša športovkyňa Alžbeta Garguláková, ktorá spolu s kolektívom športovkýň z Dukly - Emou Kapustovou, Sárrou Pacerovou a Kikou Makovinyovou obsadila historické 6. miesto, aj s tromi trestnými kolami.



### STRELBA

2024 European Championships 10m Győr

#### ME v maďarskom Győri v disciplíne vzduchová puška na 10 metrov

Kamila Novotná na ME v disciplíne vzduchová puška na 10 m, získala 10. miesto v silnej konkurencii 88 strelkyň. Zo Sloveniek skončila najvyššie s nástrelom 629,3 bodu. Na finále jej chýbalo iba osem desiatin.



### ŠERM

MEJ v družstvách, Neapol - Taliansko

#### Árpád Fazekas, Pirk Ákos a Branislav Lančarič

Na MEJ v družstvách, ktoré sa konalo v Neapole v Taliansku, vybojovali Árpád Fazekas, Pirk Ákos a Branislav Lančarič 7. miesto v silnej konkurencii 18 družstiev.



### WINDSURFING

Andalusian Olympic Week

#### Windsurfista Róbert Kubín obsadil v celkovom poradí 13. miesto na Andalusian Olympic Week

V uplynulých dňoch sa v španielskom Cádize zúčastnil Robert Kubín prípravnej regaty ANDALUSIAN OLYMPIC WEEK. Vzhľadom k tomu, že väčšina pretekárov finišuje s olympijskou prípravou a blíži sa termín poslednej olympijskej kvalifikácie, bola regata veľmi kvalitne obsadená. V konkurencii 42 pretekárov z 22 krajín obsadil športovec Národného športového centra Róbert Kubín v celkovom poradí 13. miesto, v kategórii do 23 rokov dokonca 5. miesto. Zvíťazil Némec Sebastian Kordel pred Holanďanom Maxom Casteleinom a tretie miesto obsadil Angličan Finn Hawkin.

**Naším športovcom blahoželáme a ďakujeme za reprezentáciu. Prajeme veľa síl pri ďalších súťažiach!**

**Ak chcete vedieť o úspechoch našich športovcov prví, SLEDUJTE NÁS NA FACEBOOKU**



## AKÉ SÚŤAŽE ČAKAJÚ NAŠICH ŠPORTOVCOV V APRÍLI?



30. marec - 6. apríl - Palma de Mallorca, ESP - WC - jachting - windsurfing

02. - 15. apríl - Poreč, CRO - MS juniorov - box

03. apríl - Európa - MSJ - lyžovanie - snowboarding

05. - 07. apríl - Peking, CHN - Svetový pohár - synchronizované plávanie

05. - 07. apríl - Baku, AZE - European OG Qualifier - zápasenie - voľný štýl, grécko-rímsky štýl, ženské zápasenie

06. - 07. apríl - Teplice, CZE - Cadet European Cup - judo

11. - 19. apríl - Rio De Janeiro, BRA - ISSF final qualification OG - športová strelba - malorážne/vzduchové zbrane

12. - 13. apríl - Bratislava, SVK - BJKC SVK-SLO - tenis - družstvá

12. - 14. apríl - Milton, CAN - SP - cyklistika - dráhová cyklistika

12. - 14. apríl - Varese, ITA - SP 1 - veslovanie

12. - 20. apríl - Rijád, KSA - MSJ a MSJ družstvá - šerm fleuretom

13. - 14. apríl - Poznaň, POL - Junior European Cup - judo

13. - 15. apríl - Idre Fjäll, SWE - MSJ - lyžovanie - voľný štýl lyžovanie

15. - 29. apríl - Belehrad, SRB - ME muži & ženy - box

17. - 20. apríl - Doha, QAT - FIG SP - gymnastika - športová gymnastika

19. - 21. apríl - Káhira, EGY - SP seniorov - K1 Premier League - karate

20. - 21. apríl - Lignano, ITA - Junior European Cup - judo

20. - 21. apríl - Antalya, TUR - MS v chůdzi družstiev - atletika

20. - 27. apríl - Hyeres, FRA - Záverečná OH kvalifikácia - jachting - windsurfing

25. - 28. apríl - Szeged, HUN - ME/Európska dokvalifikácia OH - veslovanie

27. - 28. apríl - Differdange, LUX - Zónová kvalifikácia na OH - šerm fleuretom



### ČO NÁS ČAKÁ V APRÍLI?

17. - 18. apríl  
INOVAČNÉ VZDELÁVANIE (online)  
Parkúr - prekážkové dráhy na hodinách TŠV

20. - 21. apríl  
INOVAČNÉ VZDELÁVANIE (prezenčné)  
Parkúr - prekážkové dráhy na hodinách TŠV



**O AKTUALITÁCH NÁRODNÉHO ŠPORTOVÉHO CENTRA SA DOZVIETE NA NAŠEJ STRÁNKE**

**Sledujte nás aj na sociálnych sieťach**

