



**Česká triatlonová asociace**  
Zátokova 100/2, PS 40, 160 17 Praha 6

# PROVÁDĚCÍ POKYNY

## a souhrn informací pro činnost **Sportovních středisek**

na období 2020 a další

### **OBSAH:**

<b>ČLÁNEK I.</b>	<b>ÚČELOVÉ VYMEZENÍ</b>
<b>ČLÁNEK II.</b>	<b>ORGANIZACE A ČINNOST</b>
<b>ČLÁNEK III.</b>	<b>ZŘIZOVÁNÍ A PODMÍNKY</b>
<b>ČLÁNEK IV.</b>	<b>ZAŘAZOVÁNÍ A VYŘAZOVÁNÍ</b>
<b>ČLÁNEK V.</b>	<b>KRITÉRIA A VÝKONNOSTNÍ PODMÍNKY PRO ZAŘAZOVÁNÍ</b>
<b>ČLÁNEK VI.</b>	<b>LÉKAŘSKÉ A ZDRAVOTNÍ ZAJIŠTĚNÍ</b>
<b>ČLÁNEK VII.</b>	<b>EKONOMICKÉ PODMÍNKY A ZÁSADY FINANCOVÁNÍ</b>
<b>ČLÁNEK VIII.</b>	<b>KONTROLNÍ ČINNOST</b>
<b>ČLÁNEK IX.</b>	<b>ZÁVĚREČNÁ USTANOVENÍ</b>

### **Přílohy:**

- Příloha č. 1 – Rozpis čerpání finančních prostředků
- Příloha č. 2 – Bodové hodnoty testů všeobecné tělesné připravenosti

## ČLÁNEK I. ÚČELOVÉ VYMEZENÍ

---

1. Sportovní střediska (dále jen SpS) jsou základním článkem systému o sportovně talentovanou mládež.
2. SpS vytvářejí podmínky pro:
  - získání pozitivního vztahu k triatlону,
  - systematickou sportovní přípravu,
  - připravují sportovce na přechod do Sportovních center mládeže.
3. Česká triatlonová asociace (dále jen ČTA) prostřednictvím SpS zabezpečuje základní a sportovní výkonnostní činnosti talentované mládeže pro věkové kategorie od deseti (10) až patnácti (15) let, kdy je zohledněn:
  - regionální princip, - kdy základním kritériem pro zařazení do konkrétního SpS je spádovost,
  - flexibilita, - zachování nabídky přípravy „individuálně se připravujících“ sportovců.

## ČLÁNEK II. ORGANIZACE A ČINNOST

---

1. Na řízení činnosti a zajištění SpS se podílí ČTA a příslušné tělovýchovné jednoty, kluby, nebo oddíly.
2. Tělovýchovná jednotka, klub, nebo oddíl uzavírá smlouvu s ČTA o zajištění činnosti SpS.
3. Sportovci SpS se dle tréninkových podmínek a možností řadí na:
  - sportovci připravující se v podmínkách svého oddílu, nebo klubu, kde je SpS zřízeno,
  - individuálně se připravující sportovci výkonnostní skupiny „A“.
4. Činnost, řízení a kontrola činnosti SpS se řídí podmínkami uvedenými v tomto prováděcím pokynu.

## ČLÁNEK III. ZŘIZOVÁNÍ A PODMÍNKY

---

1. SpS jsou zřízena jako spádová, koordinační pracoviště ČTA u příslušné tělovýchovné jednoty, klubu, nebo oddíly s právní subjektivitou, u které je zajištěno:
  - vhodné sportovní prostory umožňující sportovní přípravu,
  - odborné vedení sportovní přípravy kvalifikovaným trenérem minimálně 2. třídy,
2. **Pro vznik koordinačního pracoviště, - spádového SpS je mimo jiné nutný minimálně počet pět (5) sportovců zařazených pro následující Roční tréninkový cyklus.**
3. Sportovci, výkonnostní skupiny „A“, jejichž mateřský klub nesplňuje podmínky pro zřízení SpS, získávají statut individuálně se připravující sportovec.
4. Individuálně se připravující sportovci (resp. jejich zákonní zástupci) zařazení do SpS jsou povinni s ČTA uzavřít smlouvu o plnění podmínek pro zařazení a čerpání finančních prostředků.

## ČLÁNEK IV. ZAŘAZOVÁNÍ A VYŘAZOVÁNÍ

---

1. Do SpS jsou zařazeni sportovci na Roční tréninkový cyklus (dále jen „RTC“) od 1. října do 30. září.
2. Počet sportovců zařazených do systému přípravy je stanoven na počet sto (100). Stanovený počet zařazených sportovců nemusí být naplněn.
3. Návrhy na zařazení předkládá na základě písemných podkladů hlavní trenér příslušné věkové kategorie. Návrhy projednává a schvaluje ve spolupráci s příslušnou komisí, sportovní ředitel/ka ČTA.
4. V případě, že počet navržených sportovců přesáhne maximální limit, rozhoduje o zařazení sportovců hlavní trenér věkové kategorie s preferencí sportovců staršího a mladšího žactva.
5. Sportovci mohou být vyřazeni kdykoliv během RTC, a to zejména z těchto důvodů:
  - pokud zdravotní stav neumožňuje systematickou sportovní přípravu (dlouhodobá nemoc, zranění),
  - zanechání aktivní sportovní činnosti
6. Návrhy na vyřazení projednává a schvaluje sportovní ředitel/ka ČTA.

## ČLÁNEK V. KRITÉRIA A VÝKONNOSTNÍ PODMÍNKY PRO ZAŘAZOVÁNÍ

---

- Kritéria pro zařazování sportovců do SpS:
  - minimálně 10 a maximálně 14 let, jež dovrší sportovec v období, na které je zařazován,
  - zdravotní způsobilost,
  - pohybové předpoklady (motorické hledisko),
  - umístění v celorepublikové soutěži, Český pohár (dále jen ČP“) v triatlonu,
  - platná licence ČTA,
  - souhlas zákonného zástupce nezletilého.
- Výkonnostní podmínky pro zařazení:**
  - pro věkové kategorie 10 let:**
    - 3 dívky s nejvyšším bodovým hodnocením z testů všeobecné tělesné připravenosti a jejich potvrzení (plavání, běh) na závodech uvedených v termínové listině ČTA,
    - 5 chlapců s nejvyšším bodovým hodnocením z testů všeobecné tělesné připravenosti a jejich potvrzení (plavání, běh) na závodech uvedených v termínové listině ČTA.
  - pro věkové kategorie 10 – 11 let:**
    - 15 dívek s nejvyšším bodovým hodnocením z testů všeobecné tělesné připravenosti a jejich potvrzení (plavání, běh) na závodech uvedených v termínové listině ČTA,
    - 20 chlapců s nejvyšším bodovým hodnocením z testů všeobecné tělesné připravenosti a jejich potvrzení (plavání, běh) na závodech uvedených v termínové listině ČTA.
  - pro věkové kategorie 12 – 13 let:**
    - kategorie mladší žačky umístění do 20. místa v celkovém pořadí ČP
    - kategorie mladší žáci umístění do 20. místa v celkovém pořadí ČP
  - pro věkové kategorie 14 let:**
    - kategorie starší žačky umístění do 20. místa v celkovém pořadí ČP
    - kategorie starší žáci umístění do 20. místa v celkovém pořadí ČP
- Testy všeobecné tělesné připravenosti jsou povinné pro všechny sportovce zařazené do SpS.**
  - složení testů: plavecká zdatnost, rychlost, výbušná síla a vytrvalost,
  - bodové hodnoty v bodovací škále jsou uvedeny v příloze č. 2. tohoto dokumentu,
  - testování absolvují sportovci v podmínkách mateřského klubu / oddílu, 1 x ročně, v období od 1. 5. až do 30. 5. v daném RTC.
- Sportovce, kteří nesplnili podmínky zařazení z důvodu nemoci, zranění, je možné v řádně prokazatelných důvodech mimořádně do SpS přijmout, po schválení sportovním ředitelem/ředitelkou ČTA.
- Zařazení sportovci jsou rozděleni do výkonnostních skupin, které zohledňují prokázanou úroveň sportovní výkonnosti.
  - Výkonnostní skupina „A“** nominaci provádí hlavní trenér příslušné věkové kategorie
  - Výkonnostní skupina „B“** sportovci splňující kritéria pro zařazení v dané věkové kategorii
- Maximální počet členů výkonnostní skupiny „A“, věkové kategorie 12 – 15 let, je 12 sportovců.
- Sportovci výkonnostní skupiny „A“, věkové kategorie 12 – 15 let jsou zváni na centrální přípravné akce v průběhu zařazovacího období a mají možnost využít vymezené finanční prostředky k nadstandartní sportovní přípravě.

## ČLÁNEK VI. LÉKAŘSKÉ A ZDRAVOTNÍ ZAJIŠTĚNÍ

---

- Vyhláška o zdravotní způsobilosti k tělesné výchově a sportu, vydaná Ministerstvem zdravotnictví ČR pod č. 391/2013 Sb. stanoví, povinnost zdravotních prohlídek pro všechny sportovce, kteří vykonávají výkonnostní sport v organizovaných soutěžích, nebo se na něj připravují a zároveň jsou registrováni v klubu, či oddíle, který zajišťuje přípravu těchto sportovců.
- Sportovec zařazený do SpS je povinen na svém profilu v informačním systému [www.czechtriseries.cz](http://www.czechtriseries.cz) vložit ve formátu Adobe PDF (Portable Document Format) „Lékařský posudek o zdravotní způsobilosti ke sportu“.**  
**Vzor tiskopisu**, jehož datový obsah odpovídá Vyhlášce 391/2013 Sb. vydané MZ ČR, je k dispozici na: <https://triatlon.cz/sportovni-sekce/sportovni-priprava/>
- ČTA deklaruje, že přístup do informačního systému a počet oprávněných uživatelů je založen na jedinečném identifikátoru uživatele a odpovídá požadavkům GDPR.

## **ČLÁNEK VII. EKONOMICKÉ PODMÍNKY A ZÁSADY FINANCOVÁNÍ**

---

1. Ekonomické zabezpečení přípravy talentované mládeže ČTA je hrazeno z účelových prostředků státní dotace MŠMT v rámci programu „TALENT“.
2. Vlastní ekonomické zajištění přípravy je vícezdrojové, s podílem sportovních klubů a oddílů, případně orgánů samosprávy a dalších subjektů, včetně podílu rodičů.
3. Finanční prostředky jsou koordináčnímu pracovišti SpS poskytována na základě smlouvy mezi ČTA a tělovýchovnou jednotou, sportovním klubem, nebo oddílem, posuzované s použitím kritérií počtu zařazených sportovců, podle kterých jsou střediska zařazována do dvou pásem finanční podpory.
  - Sportovní středisko „A“ s počtem více jak deset (< 10) sportovců
  - Sportovní středisko „B“ s počtem pět – devět (5 - 9) sportovců
4. Individuálně se připravující sportovci čerpají finanční prostředky na základě smluvního ujednání s ČTA, po předání/zaslání originálů účetních a daňových dokladů (např. faktury, účtenky, paragony, příjmové pokladní doklady), na sekretariát ČTA.
5. Trenérské odměny je možné hradit smluvním trenérům s minimálně trenérskou kvalifikací druhého stupně (licence B, II. třída).
6. Rozpis a výši finančních prostředků na zajištění činnosti SpS stanovují tyto Prováděcí pokyny, v příloze č. 1.

## **ČLÁNEK VIII. KONTROLNÍ ČINNOST**

---

1. Kontrolu a oponentní řízení předloženého plánu RTC jednotlivých SpS na následující sezónu provádí sportovní komise ČTA.
2. Kontrolu v oblasti sportovního tréninku, organizační a metodické hlavní provádí hlavní trenér příslušné věkové kategorie.
3. Kontrolní činnost zaměřenou na nakládání s finančními prostředky provádí koordinátor, ve spolupráci se sportovním ředitelem/kou, kontrolními orgány ČTA a pověřenými pracovníky MŠMT.
4. Při zjištění závažných nedostatků v činnosti SpS může dojít ke snížení poskytovaných finančních prostředků na činnost, popř. k jeho vyřazení ze systému podpory.

## **ČLÁNEK IX. – ZÁVĚREČNÁ USTANOVENÍ**

---

1. Ruší se tímto všechny předchozí Prováděcí pokyny k Programu „Talent“ k nim vázané interní dokumenty.
2. Toto úplné znění Prováděcích pokynů k činnosti Sportovních středisek bylo schváleno Radou ČTA dne 28.ledna 2020 a nabývá účinnosti dnem schválení.
3. Dle těchto prováděcích pokynů postupují výše jmenovaní účastníci.
4. Nedílnou součástí těchto Prováděcích pokynů je příloha číslo 1. „Rozpis čerpání finančních prostředků“ a příloha č. 2. parametry „Testů všeobecné tělesné připravenosti“.
5. Případné změny a doplňky Prováděcích pokynů k činnosti SpS schvaluje Rada ČTA.

V Praze dne 28. 01. 2020

v.r. Mgr. Antonín Bauer  
předseda Rady ČTA

## PŘÍLOHA číslo 1. Rozpis čerpání finančních prostředků

1. Objem finančních prostředků, který zohledňuje trenérské zabezpečení a náklady na základní zajištění činnosti s použitím kritérií počtu zařazených sportovců.

<b>Sportovního střediska "A" - více jak 10 sportovců</b>	<b>náklady v Kč</b>	<b>období</b>
Odměny vedoucí trenér, licence B, II. třída	3 500,00	měsíc
Pronájmy sportovišť	2 000,00	sportovec/rok
Lékařské zajištění	1 000,00	sportovec/rok
Výcvikové pobyty a kontrolní srazy	30 000,00	rok
Servisní zabezpečení činností	5 000,00	rok

<b>Sportovního střediska "B" - 5 - 9 sportovců</b>	<b>náklady v Kč</b>	<b>období</b>
Odměny vedoucí trenér, licence B, II. třída	3 000,00	měsíc
Pronájmy sportovišť	2 000,00	sportovec/rok
Lékařské zajištění	1 000,00	sportovec/rok
Výcvikové pobyty a kontrolní srazy	20 000,00	rok
Servisní zabezpečení činností	5 000,00	rok

	<b>náklady v Kč</b>	<b>období</b>
<b>Individuálně se připravující sportovec SpS, výkonnostní skupiny „A“</b>	10 000,00	rok

<b>Centrální přípravné akce a soustředění výběru sportovců SpS</b>	<b>náklady v Kč</b>	<b>období</b>
Sportovci výkonnostní skupiny „A“, věkové kategorie 12–15 let	220 000,00	rok

**ČTA si vyhrazuje právo na úpravu poskytovaných finančních prostředků v závislosti na výši přidělené státní dotace, či jiných neočekávaných událostí ekonomického charakteru.**

## Testy všeobecné tělesné připravenosti

Chlapci a dívky 9 let						Chlapci a dívky 10 - 11 let									
Plavání VZ 50 m		Běh 50 m		Skok do dálky z místa		Běh 500 m		Plavání VZ 100 m		Běh 60 m		Skok do dálky z místa		Běh 1 000 m	
Čas (min:sek)	body	Čas (sec)	body	Vzdálenost (cm)	body	Čas (min:sek)	body	Čas (min:sek)	body	Čas (sec)	body	Vzdálenost (cm)	body	Čas (min:sek)	body
<b>01:13</b>	<b>0</b>	<b>10,00</b>	<b>0</b>	<b>98</b>	<b>0</b>	<b>02:28</b>	<b>0</b>	<b>01:58</b>	<b>0</b>	<b>12,8</b>	<b>0</b>	<b>124</b>	<b>0</b>	<b>04:33</b>	<b>0</b>
01:12	3	9,9	3	100	3	02:27	3	01:57	3	12,7	3	126	3	04:32	3
01:11	6	9,8	6	102	6	02:26	6	01:55	6	12,5	6	128	6	04:31	6
01:10	9	9,7	9	104	9	02:25	9	01:50	9	12,0	9	130	9	04:30	9
00:09	12	9,6	12	110	12	02:24	12	01:49	12	11,9	12	132	12	04:29	12
01:08	15	9,5	15	112	15	02:23	15	01:48	15	11,8	15	134	15	04:28	15
01:07	18	9,4	18	114	18	02:22	18	01:47	18	11,7	18	136	18	04:27	18
01:06	21	9,3	21	116	21	02:21	21	01:46	21	11,6	21	138	21	04:26	21
01:05	24	9,2	24	118	24	02:20	24	01:45	24	11,5	24	140	24	04:25	24
01:04	27	9,0	27	120	27	02:19	27	01:44	27	11,4	27	142	27	04:24	27
01:03	30	8,9	30	122	30	02:18	30	01:43	30	11,3	30	144	30	04:23	30
01:02	33	8,8	33	124	33	02:17	33	01:42	33	11,2	33	146	33	04:22	33
01:01	36	8,7	36	126	36	02:16	36	01:41	36	11,1	36	148	36	04:21	36
01:00	39	8,6	39	128	39	02:15	39	01:40	39	11,0	39	150	39	04:20	39
00:59	42	8,5	42	130	42	02:14	42	01:39	42	10,9	42	152	42	04:19	42
00:58	45	8,4	45	132	45	02:13	45	01:38	45	10,8	45	154	45	04:18	45
00:57	48	8,3	48	134	48	02:12	48	01:37	48	10,7	48	156	48	04:17	48
00:56	51	8,2	51	136	51	02:11	51	01:36	51	10,6	51	158	51	04:16	51
00:55	54	8,0	54	138	54	02:10	54	01:35	54	10,5	54	160	54	04:15	54
00:54	57	7,9	57	140	57	02:09	57	01:34	57	10,4	57	162	57	04:14	57
00:53	60	7,8	60	142	60	02:08	60	01:33	60	10,3	60	164	60	04:13	60
00:52	63	7,7	63	144	63	02:07	63	01:32	63	10,2	63	166	63	04:12	63
00:51	66	7,6	66	146	66	02:06	66	01:31	66	10,1	66	168	66	04:11	66
00:50	69	7,5	69	148	69	02:05	69	01:30	69	10,0	69	170	69	04:10	69
00:49	72	7,4	72	150	72	02:04	72	01:29	72	9,9	72	172	72	04:09	72
00:48	75	7,3	75	152	75	02:03	75	01:28	75	9,8	75	174	75	04:08	75
00:47	78	7,2	78	154	78	02:02	78	01:27	78	9,7	78	176	78	04:07	78
00:46	81	7,0	81	156	81	02:01	81	01:26	81	9,6	81	178	81	04:06	81
00:45	84	6,9	84	158	84	02:00	84	01:25	84	9,5	84	180	84	04:05	84
00:44	87	6,8	87	160	87	01:59	87	01:24	87	9,4	87	182	87	04:04	87
00:43	90	6,7	90	162	90	01:58	90	01:23	90	9,3	90	184	90	04:03	90
00:42	93	6,6	93	164	93	01:57	93	01:22	93	9,2	93	186	93	04:02	93
00:41	96	6,5	96	168	96	01:56	96	01:21	96	9,1	96	188	96	04:01	96

## Testy všeobecné tělesné připravenosti

### Dívky 12 - 13 let

Plavání VZ 200 m		Běh 60 m		Skok do dálky z místa		Autový odhod medicinbalu 2kg, bez rozběhu a výskoku		Běh 1000 m	
Čas (min:sek)	body	Čas (sec)	body	Vzdálenost (cm)	body	Vzdálenost (m, cm)	body	Čas (min:sek)	body
<b>03:03</b>	<b>0</b>	<b>11,8</b>	<b>0</b>	<b>124</b>	<b>0</b>	<b>6,25</b>	<b>0</b>	<b>04:08</b>	<b>0</b>
03:02	3	11,7	3	126	3	6,30	3	04:07	3
03:01	6	11,6	6	128	6	6,35	6	04:06	6
03:00	9	11,5	9	130	9	6,40	9	04:05	9
02:59	12	11,4	12	132	12	6,45	12	04:04	12
02:58	15	11,3	15	134	15	6,50	15	04:03	15
02:57	18	11,2	18	136	18	6,55	18	04:02	18
02:56	21	11,1	21	138	21	6,60	21	04:01	21
02:55	24	11,0	24	140	24	6,65	24	04:00	24
02:54	27	10,9	27	142	27	6,70	27	03:59	27
02:53	30	10,8	30	144	30	6,75	30	03:58	30
02:52	33	10,7	33	146	33	6,80	33	03:57	33
02:51	36	10,6	36	148	36	6,85	36	03:56	36
02:50	39	10,5	39	150	39	6,90	39	03:55	39
02:49	42	10,4	42	152	42	6,95	42	03:54	42
02:48	45	10,3	45	154	45	7,00	45	03:53	45
02:47	48	10,2	48	156	48	7,05	48	03:52	48
02:46	51	10,1	51	158	51	7,10	51	03:51	51
02:45	54	10,0	54	160	54	7,15	54	03:50	54
02:44	57	9,9	57	162	57	7,20	57	03:49	57
02:43	60	9,8	60	164	60	7,25	60	03:48	60
02:42	63	9,7	63	166	63	7,30	63	03:47	63
02:41	66	9,6	66	168	66	7,35	66	03:46	66
02:40	69	9,5	69	170	69	7,40	69	03:45	69
02:39	72	9,4	72	172	72	7,45	72	03:44	72
02:38	75	9,3	75	174	75	7,50	75	03:43	75
02:37	78	9,2	78	176	78	7,55	78	03:42	78
02:36	81	9,1	81	178	81	7,60	81	03:41	81
02:35	84	9,0	84	180	84	7,65	84	03:40	84
02:34	87	8,9	87	182	87	7,70	87	03:39	87
02:33	90	8,8	90	184	90	7,75	90	03:38	90
02:32	93	8,7	93	186	93	7,80	93	03:37	93
02:31	96	8,6	96	188	96	7,95	96	03:36	96
<b>02:30</b>	<b>100</b>	<b>8,5</b>	<b>100</b>	<b>190</b>	<b>100</b>	<b>8,00</b>	<b>100</b>	<b>03:35</b>	<b>100</b>

### Chlapci 12 - 13 let

Plavání VZ 200 m		Běh 60 m		Skok do dálky z místa		Autový odhod medicinbalu 2kg, bez rozběhu a výskoku		Běh 1000 m	
Čas (min:sek)	body	Čas (sec)	body	Vzdálenost (cm)	body	Vzdálenost (m, cm)	body	Čas (min:sek)	body
<b>03:00</b>	<b>0</b>	<b>11,3</b>	<b>0</b>	<b>132</b>	<b>0</b>	<b>7,15</b>	<b>0</b>	<b>03:58</b>	<b>0</b>
02:59	3	11,2	3	136	3	7,20	3	03:57	3
02:58	6	11,1	6	138	6	7,25	6	03:56	6
02:57	9	11,0	9	140	9	7,30	9	03:55	9
02:56	12	10,9	12	142	12	7,35	12	03:54	12
02:55	15	10,8	15	144	15	7,40	15	03:53	15
02:54	18	10,7	18	146	18	7,45	18	03:52	18
02:53	21	10,6	21	148	21	7,50	21	03:51	21
02:52	24	10,5	24	150	24	7,55	24	03:50	24
02:51	27	10,4	27	152	27	7,60	27	03:49	27
02:50	30	10,3	30	154	30	7,65	30	03:48	30
02:49	33	10,2	33	156	33	7,70	33	03:47	33
02:48	36	10,1	36	158	36	7,75	36	03:46	36
02:47	39	10,0	39	160	39	7,80	39	03:45	39
02:46	42	9,9	42	162	42	7,95	42	03:44	42
02:45	45	9,8	45	164	45	8,00	45	03:43	45
02:44	48	9,7	48	166	48	8,05	48	03:42	48
02:43	51	9,6	51	168	51	8,10	51	03:41	51
02:42	54	9,5	54	170	54	8,15	54	03:40	54
02:41	57	9,4	57	172	57	8,20	57	03:39	57
02:40	60	9,3	60	174	60	8,25	60	03:38	60
02:39	63	9,2	63	176	63	8,30	63	03:37	63
02:38	66	9,1	66	178	66	8,35	66	03:36	66
02:37	69	9,0	69	180	69	8,40	69	03:35	69
02:36	72	8,9	72	182	72	8,45	72	03:34	72
02:35	75	8,8	75	184	75	8,50	75	03:33	75
02:34	78	8,7	78	186	78	8,55	78	03:32	78
02:33	81	8,6	81	188	81	8,60	81	03:31	81
02:32	84	8,5	84	190	84	8,65	84	03:30	84
02:31	87	8,4	87	192	87	8,70	87	03:29	87
02:30	90	8,3	90	194	90	8,75	90	03:28	90
02:29	93	8,2	93	196	93	8,80	93	03:27	93
02:28	96	8,1	96	198	96	8,95	96	03:26	96
<b>02:27</b>	<b>100</b>	<b>8,0</b>	<b>100</b>	<b>200</b>	<b>100</b>	<b>9,00</b>	<b>100</b>	<b>03:25</b>	<b>100</b>

## Testy všeobecné tělesné připravenosti

### Dívky 14 - 15 let

Plavání VZ 400 m		Běh 100 m		Skok do dálky z místa		Autový odhod medicinbalu 2kg, bez rozběhu a výskoku		Běh 2000 m	
Čas (min:sek)	body	Čas (sec)	body	Vzdálenost (cm)	body	Vzdálenost (m,cm)	body	Čas (min:sek)	body
06:18	0	18,6	0	132	0	7,35	0	07:33	0
06:17	3	18,5	3	136	3	7,40	3	07:32	3
06:16	6	18,4	6	138	6	7,45	6	07:31	6
06:15	9	18,3	9	140	9	7,50	9	07:30	9
06:14	12	18,2	12	142	12	7,55	12	07:29	12
06:13	15	18,1	15	144	15	7,60	15	07:28	15
06:12	18	18,0	18	146	18	7,65	18	07:27	18
06:11	21	17,9	21	148	21	7,70	21	07:26	21
06:10	24	17,8	24	150	24	7,75	24	07:25	24
06:09	27	17,7	27	152	27	7,80	27	07:24	27
06:08	30	17,6	30	154	30	7,85	30	07:23	30
06:07	33	17,5	33	156	33	7,90	33	07:22	33
06:06	36	17,4	36	158	36	7,95	36	07:21	36
06:05	39	17,3	39	160	39	8,00	39	07:20	39
06:04	42	17,2	42	162	42	8,05	42	07:19	42
06:03	45	17,1	45	164	45	8,10	45	07:18	45
06:02	48	17,0	48	166	48	8,15	48	07:17	48
06:01	51	16,9	51	168	51	8,20	51	07:16	51
06:00	54	16,8	54	170	54	8,25	54	07:15	54
05:59	57	16,7	57	172	57	8,30	57	07:14	57
05:58	60	16,6	60	174	60	8,35	60	07:13	60
05:57	63	16,5	63	176	63	8,40	63	07:12	63
05:56	66	16,4	66	178	66	8,45	66	07:11	66
05:55	69	16,3	69	180	69	8,50	69	07:10	69
05:54	72	16,2	72	182	72	8,55	72	07:09	72
05:53	75	16,1	75	184	75	8,60	75	07:08	75
05:52	78	16,0	78	186	78	8,65	78	07:07	78
05:51	81	15,9	81	188	81	8,70	81	07:06	81
05:00	84	15,8	84	190	84	8,75	84	07:05	84
04:59	87	15,7	87	192	87	8,80	87	07:04	87
04:58	90	15,6	90	194	90	8,85	90	07:03	90
04:57	93	15,5	93	196	93	8,90	93	07:02	93
04:56	96	15,4	96	198	96	8,95	96	07:01	96

### Chlapci 14 - 15 let

Plavání VZ 400 m		Běh 100 m		Skok do dálky z místa		Autový odhod medicinbalu 2kg, bez rozběhu a výskoku		Běh 2000 m	
Čas (min:sek)	body	Čas (sec)	body	Vzdálenost (cm)	body	Vzdálenost (m,cm)	body	Čas (min:sek)	body
05:13	0	17,3	0	152	0	10,35	0	07:13	0
05:12	3	17,2	3	154	3	10,40	3	07:12	3
05:11	6	17,1	6	156	6	10,45	6	07:11	6
05:10	9	17,0	9	158	9	10,50	9	07:10	9
05:09	12	16,9	12	160	12	10,55	12	07:09	12
05:08	15	16,8	15	162	15	10,60	15	07:08	15
05:07	18	16,7	18	164	18	10,65	18	07:07	18
05:06	21	16,6	21	166	21	10,70	21	07:06	21
05:05	24	16,5	24	168	24	10,75	24	07:05	24
05:04	27	16,4	27	170	27	10,80	27	07:04	27
05:03	30	16,3	30	172	30	10,85	30	07:03	30
05:02	33	16,2	33	174	33	10,90	33	07:02	33
05:01	36	16,1	36	176	36	10,95	36	07:01	36
05:00	39	16,0	39	178	39	11,00	39	07:00	39
04:59	42	15,9	42	180	42	11,05	42	06:59	42
04:58	45	15,8	45	182	45	11,10	45	06:58	45
04:57	48	15,7	48	184	48	11,15	48	06:57	48
04:56	51	15,6	51	186	51	11,20	51	06:56	51
04:55	54	15,5	54	188	54	11,25	54	06:55	54
04:54	57	15,4	57	190	57	11,30	57	06:54	57
04:53	60	15,3	60	192	60	11,35	60	06:53	60
04:52	63	15,2	63	194	63	11,40	63	06:52	63
04:51	66	15,1	66	196	66	11,45	66	00:51	66
04:50	69	15,0	69	198	69	11,50	69	06:50	69
04:49	72	14,9	72	202	72	11,55	72	06:49	72
04:48	75	14,8	75	204	75	11,60	75	06:48	75
04:47	78	14,7	78	206	78	11,65	78	06:47	78
04:46	81	14,6	81	208	81	11,70	81	06:46	81
04:45	84	14,5	84	210	84	11,75	84	06:45	84
04:44	87	14,4	87	212	87	11,80	87	06:44	87
04:43	90	14,3	90	214	90	11,85	90	06:43	90
04:42	93	14,2	93	216	93	11,90	93	06:42	93
04:41	96	14,1	96	218	96	11,95	96	06:41	96