TRIATLON KLUB RUDOLF PERESIN

ZAPISNIK

Klubski sastanak, sportski centar Gornja Stubica

07.10.2023., 11:00 – 12:00 h

Prisustvovali:
Ema Gospočić, Jana Hrena, Kiara Hren, Nika Kuhta, Matija Lukina

BILJEŠKE sa napomenama***

- sportaši odgovorili pojedinačno na dana pitanja (*o sezoni 2023., daljnjim ciljevima i željama*)

Ukratko njihov rezime :

- spremni i željni više trenirati (ali to ovisi o njihovim školskim obavezama)

*** *(do sada bilo plivanje minimalno 3x tjedno – treba povećati na 4 do 5 puta;*

više biciklističkih treninga i više kilometraže na trčanju)

- traže više zajedničkih treninga, sa ostalima iz kluba

*** *(tu predlažem i molim sve da se bolje komunicira u grupi; javlja kad netko ide na neki trening da mu se pridruži)*

- žele više nadzora nad treninzima (prisustvo trenera, starijih ih kluba)

*** *(tu molim starije iz kluba da prate plan treninga i ako su u mogućnosti da im se pridruže na treninzima)*

- dogovoreno daljnje vođenje klubskog Instagram profila od strane Malih triatlonaca (objave sa treninga; za objave sa utrka žele da odradimo prema dogovoru – ili oni i netko drugi iz kluba)

- ukinuta mjesečna članarina Malim triatloncima od 20,00 € - jedan od razloga: triatlon je skup sport; želim i na taj način olakšati Malim triatloncima da nemaju troškova

- plan utrka u 2023. sezoni odrađen 100 %

- sljedeću sezonu uvesti još koju međunarodnu utrku u Sloveniji, Italiji, Austriji *(ovisno o terminima poklapanja sa utrkama u Hrvatskoj i mogućnosti organizacije prijevoza – trošak startnina)*

- što se tiče nabave nove opreme (triatlonski dresova, biciklistički dresova); moj osobni prijedlog je da ostanemo još kod BIEMME postojeće opreme

- za nove članove koji nemaju nikakve dresove i za postojeće članove kojima treba veći broj ili im je stari dres istrošen, pa da se samo za njih naruči – i to bi napravio na način da kroz 2-3 tjedna (ili prije, kada budem u prilici) složim upitnik prema svima u klubu i da se svi izjasne kome što točno treba (novi triatlon dres, novi biciklistički dres) i koja veličina, pa nakon toga kada sumiramo potražnju, budem zatražili ponudu na temelju koje bude definirana cijena i rok isporuke. Na temelju tih količina možemo i zatražiti i druge dobavljače.

- ako ostajemo kod BIEMME, dizajn bi ostavili ali osvježili ga samo sa novim logom (tako da ne bude prevelika razlika postojećih i novih dresova.

Ulica Matije Gupca 4A
HR-49245 Gornja Stubica
Mob: 099/3964-722, 098/9000-448
www.tk.rudolf-peresin.com; tk.rudolf.peresin@gmail.com
MB: 01466909; OIB: 08405377848; IBAN: HR35 2340009-1110058675; RNO: 0288290

- plan da se izrade nove bočice sa novim logom kluba

- sa pripremama i trening planom za novu sezonu krećemo **16.10.2023.**

NOVOST:
- budući plan treninga bilježiti će se na web platformi **TraningPeaks**:
https://home.trainingpeaks.com/login
Username: mlukina2_client
Pasword: tkrpgs1999

Nakon logiranja – uči u CALENDAR i tamo budu po danima upisani svi treninzi i sa svim detaljima. Treninzi budu namijenjeni Mali triatloncima ali naravno da svatko iz kluba može koristi taj plan i odraditi svaki trening ako mu odgovara – ako ništa drugo barem da Mali triatlonci imaju društvo i nadzor.
Sada u testnoj fazi te platforme (za početak sam uzeo 30-dana free verziju) taj plan bude za sve isti; a kasnije ako bude ovo funkcioniralo, išlo se bude na izradu individualnog pristupa za pojedinog sportaša.

Taj plan treninga budem ja (Matija Lukina) radio i ispunjavao, ali molim pomoć i angažiranost i od strane ostalih adekvatnih članova kluba, prije svega Marije Lukina (ako bude u mogućnosti) koje je već i uključenja u treniranju Malih triatlonaca u plivačkom dijelu i ostalim treninzima kada je bilo potrebno. Svaka pomoć je dobro došla.
U izradi plana treninga tokom sezone imali budemo pomoć i od strane našeg člana Martina Papište, koji kao novoizabrani trener za razvoj u HTS-u pomagati će klubovima sa svojim principom treninga (tko bude htio).

Sastanak vodio i vodio bilješke:

Matija Lukina

Ulica Matije Gupca 4A
HR-49245 Gornja Stubica
Mob: 099/3964-722, 098/9000-448
www.tk.rudolf-peresin.com; tk.rudolf.peresin@gmail.com
MB: 01466909; OIB: 08405377848; IBAN: HR35 2340009-1110058675; RNO: 0288290