

Pripreme reprezentacije - Informacije

Datum: 6.-8.12.2019. (petak-nedjelja)

Lokacija: Istra

Smještaj: [Valamar Diamant Hotel 4*, Poreč](#)

Kandidati za reprezentaciju:

Seniori:

Robert Orehoci
Petar Delić
Matjaž Štanfel
Lobel Horvat
Mario Štambuk
Matija Razum
Andro Vladimir Štambuk

Seniorke:

Mirja Pavić
Iva Štambuk
Nola Jandrečić

Juniorke:

Ana Tišljar
Olga Jerković Perić
Zdenka Petra Štambuk

Juniori:

Jura Kukec
Antonio Cindrić
Jan Gobec
Luka Krajninović
Luka Kocijan
Ivan Pasquino

Program:

Petak 6.12.2019.

10:00 - planirani polazak iz Zagreba
14:00 - **prvi trening (Rovinj)**
16:00 - prijava u hotel (Poreč)
19:00 - večera
20:00 - sastanak sa planom za idući dan

Subota 7.12.2019.

8:00 - doručak
9:30 - polazak na trening (Izola, Slovenija)
11:00 - **drugi trening (Izola)**
12:30 - polazak u Koper (slobodno vrijeme do treninga / ručak)
14:30 - **treći trening (Koper)**
16:00 - povratak u hotel
19:00 - večera
20:00 - sastanak i analiza

Nedjelja 8.12.2019.

8:00 - doručak
9:30 - polazak na trening (Vrsar)
10:00 - **četvrti trening (Vrsar)**
11:30 - polazak u Piran (slobodno vrijeme / ručak)
14:00 - **peti trening (Piran)**
15:30 - povratak u Zagreb

Opće informacije:

- 5 sprint treninga (gradski sprintevi, cestovne tenisice)
- 3 treninga su u Sloveniji (osobna/putovnica)
- u hotelu je osiguran polupansion , a smještaj je u dvokrevetnim sobama (vidi popis)
- ručak nije osiguran
- hotel ima bazen koji je moguće koristiti u slobodno vrijeme

Smještaj (popis po sobama):

Soba 1 - Matija Razum i Matjaž Štanfel
Soba 2 - Robert Orehoci i Petar Delić
Soba 3 - Lobel Horvat i Mario Štambuk
Soba 4 - Jura Kukec i Jan Gobec
Soba 5 - Antonio Cindrić i Luka Krajinović
Soba 6 - Ivan Pasquino i Luka Kocijan
Soba 7 - Iva Štambuk i Andro Vladimir Štambuk
Soba 8 - Nola Jandrečić i Ana Tišljar
Soba 9 - Olga Jerković Perić i Zdenka Petra Štambuk
Soba 10 - Mirja Pavić (jednokrevetna soba; petak/subota)

Prijevoz:

Polazak na trening kamp je u **petak, 6.12. u 10:00 sa parkirališta pored gradskog poglavarstva - [lokacija](#)**

Zbog organizacije prijevoza, molim sve da potvrde dolazak u navedeno vrijeme na mail: matijar33@gmail.com (+385 91 9270 199)

Također molim sve koji imaju auto na raspolaganju i u mogućnosti su voziti da to napomenu u mailu.

Treninzi:



#1 Rovinj - sprint

Parking: [google maps](#)

Opis treninga: tehnički sprint po staroj jezgri grada, lagani uvodni trening - upoznavanje sa tipom terena; fokus na izbor varijanti i kretanje po terenu

Duljina staze: 4,3km / 18 kontrola

Planer staze: Matija Razum



#2 Izola - sprint kvalifikacije

Opis treninga: tehnički sprint po staroj jezgri grada

Trening u natjecateljskom tempu - simulacija kvalifikacijske utrke sprinta i knockout sprinta

Duljina staze: 3,6km / 17 kontrola

Vrijeme pobjednika: 15min

Planer staze: Matija Razum



#3 Koper - knockout sprint - polufinale i finale

Opis treninga: dvije runde knockout sprinta prema rezultatima iz Izole

Trening u natjecateljskom tempu - simulacija polufinala i finala knockout sprinta

Duljine staza:

Polufinale: 2,4km / 9 kontrola

Vrijeme pobjednika: 10minuta

Finale: 3,1km / 15 kontrola

Vrijeme pobjednika: 13min

Planer staza: Matija Razum



#4 Vrsar - simulacija sprint štafete

Opis treninga: simulacija sprint štafete

Brži i „otvoreniji“ teren, brdovit

Duljina staze: 4,0km / 15 kontrola

Planer staza: Matija Razum



#5 Piran - sprint

Opis treninga: tehnički sprint po uskim ulicama Pirana

Duljina staze: ?? km / ?? kontrola

Planer staza: Jaka Piltaver