



SLOVENSKÝ ZVÄZ VZPIERANIA
Olympijské námestie 14290/1, 832 80 Bratislava

SPRÁVA REPREZENTAČNÝCH TRÉNEROV K ME JUNIOROV2025
28.10.-4.11.2025 Durres, Albánsko

Banská Bystrica, Košice 10.11.2025

Mgr. Ondrej Kružel
Ing. Štefan Gribanin

1. Príprava

Prípravu na MEJ absolvovala ženská časť na sústreďeniach v Bobrove a Bratislave. Mužská časť v Bobrove a Banskej Bystrici. Samostatne sa v USA pripravovala pretekárka Lenka Žembová. Táto pretekárka prekonala koncom augusta zápal pľúc, čo ju vyradilo aj z MS seniorov, konajúcich sa pred MEJ. Problém s ochorením COVID hlásil pred MEJ Sebastián Cabala. Gabriel Benyík cestoval ako jediný na MEJ bez plného limitu, kde mu chýbali 3 kg. Ostatní pretekári dokončili prípravu bez problémov.

2. Záverečná nominácia na MS

Záverečná nominácia bola schválená v zložení:

Ráchel Závacká; U20; h.k. do 63 kg

Laura Svrčková; U20; h.k. do 63 kg

Lucia Vecelová; U20; h.k. do 69 kg

Lenka Žembová; U23; h.k. 86+

Filip Pagáčik; U20; h.k. do 94 kg

Gabriel Benyík; U23; h.k. do 79 kg

Sebastián Cabala; U23; h.k. do 79 kg

Ondrej Kružel – tréner mužov

Štefan Gribanin – tréner žien

Katarína Bačínská - fyzioterapeut

3. Cesta a organizácia MEJ

Ženská časť výpravy cestovala s trénerom žien 28.10. z Viedne do Tirany a následným odvozom do Durresu. O deň neskôr pricestovala mužská časť s mužským trénerom rovnakou trasou. Samostatne priletela 1.11. z USA Lenka Žembová. Väčšina výpravy odletela domov 3.11., ostala len Lenka Žembová, tréner žien a fyzioterapeutka, ktorí odcestovali 5.11. Ubytovanie bolo, ako aj predchádzajúce šampionáty v Albánsku, v rezorte na okraji Durresu, kde bola aj tréningová hala. Ubytovanie a strava na výbornej úrovni. Cesta autobusmi do súťažnej haly trvala priemerne pol hodinu. Súťažná hala, na ktorú sme boli tiež zvyknutí z predchádzajúcich šampionátov, bola jediným negatívom MEJ. Malá rozcvičovňa a nedôstojné zázemie pre šatne a sociálne zariadenia boli však očakávané, takže nás neprekvapili.

4. Vystúpenie slovenských pretekárov

V kategórii U20 do 63 kg sme 30.10. mali v B skupine 2 pretekárky. Laura Svrčkoá zvládla v trhu pokusy na 68, 71 a 74 kg. Ráchel Závacká zvládla základ na 77 kg, 80 a 81 kg pre technické chyby nezvládla. V nadhode Laura Svrčková zvládla 88 a 91 kg, 93 kg už bolo nad jej sily. Ráchel Závacká zvládla 95 a 99 kg, 103 kg jej pri dorovnávaní vo výraze spadlo za hlavu. Svrčková 20.miesto a Závacká 15.miesto. Pretekárky sme si rozdelili, keď Svrčkovú viedol tréner Kružel a Závacku tréner Gribanin. Obom pomáhala prítomná fyzioterapeuta. Svrčková mala po nástupe na vysokú školu sťaženú prípravu, avšak potvrdila výkon z prípravy. Závacká je tento rok stále ešte len kategória U17, potvrdila tohtoročné zlepšenie, aj napriek dvom takmer hotovým pokusom.

1.11. najskôr ráno v kategórii U20 do 69 nastúpila v B skupine Lucia Vecelová, ktorá je tiež tento rok vekom ešte U17. Pretekárka predviedla vynikajúcu súťaž so 6 platnými pokusmi. V trhu zvládla 78, 81 a 84 kg. V nadhode 98, 102 a 104 kg. Celkové 13.miesto. Pretekárka je v roku 2025 najväčším objavom v celej reprezentácii. Okrem fyzických parametrov je jej mentálna vyspelosť na súťaži na omnoho lepšej ako jej rovesníčk v našej výprave, je tiež už teraz v mentálnom nastavení lepšia ako niektorí pretekári v seniorskej reprezentácii.

V ten istý deň večer obsadili kategóriu U23 do 79 pretekári Sebastián Cabala a Gabriel Benyík. Táto kategória mala iba A skupinu. Sebastián Cabala zvládol prvým pokusom 140 kg ktorý bol veľmi dôležitý. Pretekára mal v poslednom období veľký problém s neplatnými prvými pokusmi v trhu. Druhým pokusom zvládol 144 kg a na tretí pokus sme nahlásili 148 kg. Týmto zvyšovaným pokusom šlo hlavne o to aby sme dostali ostatní pretekárov na váhy, ktoré už nezvládnu, čo sa nám aj podarilo, avšak Pretekár pokus nezvládol.. Napokon 144 kg stačilo na 5. miesto. V nadhode sme mali jediný cieľ, získať medailu, či už na nadhodou alebo dvojbojovú. Sebastián Cabala nastúpil základným pokusom na 170 kg, ktorý úspešne zvládol, takisto zvládol váhu 174 kg, ktorá nám nakoniec priniesla bronzovú medailu v nadhode. Na posledný pokus sme nahlásili 176 kg, týmto pokusom sme útočili na dvojboju medailu, ale pokus nezvládol. Je potrebné vyzdvihnúť Sebastiánové nasadenie na súťaže, keďže pred ME mal zdravotné problémy a forma nebola optimálna už dlhšiu dobu, že sa nakoniec podarila medaila v nadhode. Celkove 4.miesto. Gabriel Benyík predviedol súťaž s prihliadnutím na to, že mal operáciu ramena a príprava nebola optimálna. Bojoval s bolesťami ramena a rameno mohol zaťažovať opatrne. Benyík v trhu zapísal 120 kg a v nadhode 145 kg. A dvojbojových 265 kg mu prinieslo 11. miesto. Pretekári boli rozdelení, keď Cabalu viedol tréner Kružel s fyzioterapeutkou a po skončení Benyíka, ktorého viedol tréner Gribanin s pomocou prítomného predsedu SZV, sa tréner Žien presunul k tabuli na súťaž Cabalu.

2.11. v kategórii U20 do 94 kg štartoval v B skupine Filip Pagáčik. V trhu absolvoval 3 platné pokusy na 135, 140 a 145 kg. V nadhode ostal na základnom pokuse 165 kg a pokusy na 170 kg nezvládol. V B skupine zvíťazil a celkovo obsadil 9.miesto. Pretekár v roku 2025 preukázal najväčší progres z celej mužskej reprezentácie.

Poslednou pretekárkou na šampionáte bola 4.11. v kategórii U23 nad 86 kg Lenka Žembová. Po zistení nahlásených pokusov všetkých pretekárokov sme usúdili, že nemáme šancu na dvojbojovú medailu, ale dá sa bojovať o medaile v disciplínach, preto sme zvolili stratégiu čo najvyššieho bezpečného základu a potom pokusy na mediale. V trhu musela pretekárka pre technickú chybu opakovať základ na 96 kg a tretí pokus na 101 kg nezvládla. V nadhode prvým pokusom zvládla 121 kg, ktorý už bol jasné 4.miesto v nadhode a najhoršie 5.miesto v dvojboji,

preto šla Žembová do priameho súboja o bronz v nadhode s nemeckou pretekárkou. Najprv nemecká pretekárka nezvládla 126 kg, následne ani Žembová. Nemecká pretekárka 126 kg tretím pokusom dala, tak sme zvýšili o jeden kilogram, ale to už bolo nad sily našej pretekárky. Napriek celkovému 5.miestu nemôžeme pri takýchto výkonoch pretekárke nič vyčítať.

Záverečné hodnotenie

ME juniorov 2025 môžeme hodnotiť vzhľadom na predpokladané výkony našich reprezentantov pozitívne. Paradoxom boli výkony v porovnaní s minulým rokom. Kým výkon Cabalu z minuloročných MEJ (vtedy 4.miesto), by tento rok znamenal boj o víťazstvo pre slabé výkony v jeho kategórii, tak tohtoročné výkony Žembovej by minulý rok znamenali 3 medailové umiestnenia. V samotnej reprezentácii panoval profesionálny prístup všetkých pretekárov a nemôžeme na tomto šampionáte nikomu čo vyčítať, či už prístupom, alebo maximálnou snahou podať natrénovaný výkon. Negatívna udalosť, keď nás česká výprava upozornila na neprístojné správanie turistu zo Slovenska sa snáď v budúcnosti nebude opakovať. Čo je však najdôležitejšie, v roku 2028 by sa mali MEJ konať na Slovensku a aj na tomto šampionáte sa ukázalo, že môžeme mať hneď niekoľko adeptov na popredné umiestnenia na domácom šampionáte.