СЪДЪРЖАТЕЛЕН ОТЧЕТ
за изпълнение на проект по Програма за развитие на спортните клубове
за 2023 г.

Наименование на спортен клуб: Кънки Клуб Ледени Звезди

спорт Шорттрек **гр./с.: София**

№ от Регистъра на ММС № 1-040-003/ 10.02.2003г.

№ на договор: 36-00-943/ 25.05.2023 г.

1. Участия в състезания от ДСК през 2023 год.

Вид на състезанието	Дата и място на провеждане	Име на спортиста	Възрастова група	Дисциплина/стил и категория	Класиране
ДП оверал	25-26.02.23	Васил Георгиев	Юноши А	1500m, 500m, 1000m	3,3,3
ДП оверал	25-26.02.23	Ния Пецева	Девойки В	1500m, 500m, 1000m	3,3,3
ДП оверал	25-26.02.23	Соня Стоянова	Девойки В	1500m, 500m, 1000m	2,2,2
ДП оверал	25-26.02.23	Асен Гюров	Юноши В	1500m, 500m, 1000m	4,4,4
ДП оверал	25-26.02.23	Момчил Георгиев	Юноши В	1500m, 500m, 1000m	3,6,5
ДП оверал	25-26.02.23	Даниел Кръстев	Юноши В	1500m, 500m, 1000m	5,5,6
ДП оверал	25-26.02.23	Лора Апостолова	Девойки В	1500m, 500m, 1000m	4,4,4
ДП оверал	25-26.02.23	Димитриа Николова	Девойки Е	777m, 333m, 500m	2,3,2
ДП оверал	25-26.02.23	Мартин Стоев	Юноши Е	777m, 333m, 500m	3,2,3
ДП оверал	25-26.02.23	Лъчезар Стоянов	Юниши F	500m, 222m, 333m	1,1,1
ДП оверал	25-26.02.23	Иван Лазаров	Юноши Е	777m, 333m, 500m	4,4,4
ДП оверал	25-26.02.23	Хана Нешева	Девойки Е	777m, 333m, 500m	
ДП оверал	25-26.02.23	Щафета	мъже	5000м	1
ДП оверал	25-26.02.23	Смесена щафета	Юн/дев А	2000м	1
ДП дистанции	17-19.03.23	Васил Георгиев	Юноши А	1500m, 500m, 1000m	3,3,3
ДП дистанции	17-19.03.23	Ния Пецева	Девойки В	1500m, 500m, 1000m	3,4,3
ДП дистанции	17-19.03.23	Соня Стоянова	Девойки В	1500m, 500m, 1000m	2,2,2
ДП дистанции	17-19.03.23	Асен Гюров	Юноши В	1500m, 500m, 1000m	4,3,4
ДП дистанции	17-19.03.23	Момчил Георгиев	Юноши В	1500m, 500m, 1000m	5,4,3
ДП дистанции	17-19.03.23	Даниел Кръстев	Юноши В	1500m, 500m, 1000m	
ДП дистанции	17-19.03.23	Лора Апостолова	Девойки В	1500m, 500m, 1000m	4,5,4
ДП дистанции	17-19.03.23	Димитриа Николова	Девойки Е	777m, 333m, 500m	
ДП дистанции	17-19.03.23	Мартин Стоев	Юноши Е	777m, 333m, 500m	3,3,2
ДП дистанции	17-19.03.23	Лъчезар Стоянов	Юниши F	500m, 222m, 333m	1,1,1
ДП дистанции	17-19.03.23	Иван Лазаров	Юноши Е	777m, 333m, 500m	4,4,4
ДП дистанции	17-19.03.23	Хана Нешева	Девойки Е	777m, 333m, 500m	
ДП дистанции	17-19.03.23	Смесена щафета	Юн/дев А	2000м	1
ДП по време	25-26.11.23	Васил Георгиев	Юноши А	1500m, 500m, 1000m	
ДП по време	25-26.11.23	Ния Пецева	Девойки А	1500m, 500m, 1000m	1,1,1
ДП по време	25-26.11.23	Соня Стоянова	Девойки В	1500m, 500m, 1000m	1,1,1
ДП по време	25-26.11.23	Асен Гюров	Юноши В	1500m, 500m, 1000m	1,3,1
ДП по време	25-26.11.23	Момчил Георгиев	Юноши В	1500m, 500m, 1000m	
ДП по време	25-26.11.23	Даниел Кръстев	Юноши В	1500m, 500m, 1000m	2,3,3
ДП по време	25-26.11.23	Лора Апостолова	Девойки В	1500m, 500m, 1000m	
ДП по време	25-26.11.23	Димитриа Николова	Девойки Д	777m, 333m, 500m	1,1,1
ДП по време	25-26.11.23	Мартин Стоев	Юноши Е	777m, 333m, 500m	1,1,1
ДП по време	25-26.11.23	Лъчезар Стоянов	Юниши Е	777m, 333m, 500m	2,2,2
ДП по време	25-26.11.23	Иван Лазаров	Юноши Е	777m, 333m, 500m	3,3,3
ДП по време	25-26.11.23	Хана Нешева	Девойки Е	777m, 333m, 500m	2,2,2
ДП по време	25-26.11.23	Смесена щафета	Юн/дев А	2000м	1
ДП по време	25-26.11.23	Щафета	Юноши D	2000м	1

** В графа „вид на проявата" се попълва ранга на състезанието – кръг или финал на Държавно първенство, купа, турнир и др.*

2. Участие на спортисти от клуба в международни състезания през 2023 г.:

Вид на състезанието	Дата и място на провеждане	Име на спортиста	Възрастова група	Дисциплина/стил и категория	Класиране
ЕП	12-14.01.24 Полша	Асен Гюров	мъже	Щафета 5000м	8 място
YOF	21-28.01.23 Италия	Асен Гюров	Юноши А	500м, 1000м, 1500м	11,15,17
EYOF	21-28.01.23 Италия	Соня Стоянова	Девойки А	500м, 1000м, 1500м	16,19,24
EYOF	21-28.01.23 Италия	Щафета смесена	Юн/дев А	2000м	9
СЮП	27-29.01.23 Германия	Асен Гюров	Юноши А	1000, 1500м	52,52
СЮП	27-29.01.23 Германия	Асен Гюров	Юноши А	Щафета 3000м	11
СЮП	27-29.01.23 Германия	Соня Стоянова	Девойки А	1500м,500м,1000м	42,39,46
ЕП	13-15.01.23 Полша	Асен Гюров	мъже	Щафета 5000м	10
СК	03-05.02.23 Германия	Асен Гюров	мъже	500м,1500м	42,44
СК	20-22.10.23 Канада	Асен Гюров	мъже	500м,1000м	31,34
СК	20-22.10.23 Канада	Асен Гюров	мъже	Щафета 5000м	11
СК	27-29.10.23 Канада	Асен Гюров	мъже	1000м,1500	47,48
СК	27-29.10.23 Канада	Асен Гюров	мъже	Щафета 5000м	16
СК	08-10.12.23 Китай	Асен Гюров	мъже	500м, 1000м	40,40
СК	08-10.12.23 Китай	Асен Гюров	мъже	Щафета 5000м	11
СК	15-17,12,23 Ю.Корея	Асен Гюров	мъже	500м,1500м	43,39
СК	15-17,12,23 Ю.Корея	Асен Гюров	мъже	Щафета 5000м	12
МТ	14-15.10.23 Хърватска	Соня Стоянова	Девойки В	1500м,500м,1000м	3
МТ	14-15.10.23 Хърватска	Даниел Кръстев	Юноши В	1500м,500м,1000м	3
МТ	14-15.10.23 Хърватска	Димитриа Николова	Девойки D	1000м,500м,777м	17
МТ	14-15.10.23 Хърватска	Мартин Стоев	Юноши Е	777м,333м,500м	8
МТ	14-15.10.23 Хърватска	Лъчезар Стоянов	Юноши Е	777м,333м,500м	7
ЕК	03-05.11.23 София	Асен Гюров	Юноши В	1500м,500м,1000м	1
ЕК	03-05.11.23 София	Соня Стоянова	Юноши В	1500м,500м,1000м	3
ЕК	03-05.11.23 София	Даниел Кръстев	Юноши В	1500м,500м,1000м	9
ЕК	03-05.11.23 София	Димитриа Николова	Девойки D	1000м,500м,777м	10
ЕК	03-05.11.23 София	Мартин Стоев	Юноши Е	777м,333м,500м	4
ЕК	03-05.11.23 София	Лъчезар Стоянов	Юноши Е	777м,333м,500м	5
ЕК	03-05.11.23 София	Ния Пецева	Девойки А	1500м,500м,1000м	1
ЕК	03-05.11.23 София	Иван Лазаров	Юноши Е	777м,333м,500м	7
ЕК	03-05.11.23 София	Асен Гюров	мъже	Щафета 5000м	1
МТ	02-03.12.23 Сърбия	Ния Пецева	Девойки А	1500м,500м,1000м	2
МТ	02-03.12.23 Сърбия	Соня Стоянова	Девойки В	1500м,500м,1000м	1
МТ	02-03.12.23 Сърбия	Даниел Кръстев	Юноши В	1500м,500м,1000м	2
МТ	02-03.12.23 Сърбия	Димитриа Николова	Девойки D	1000м,500м,777м	10
МТ	02-03.12.23 Сърбия	Мартин Стоев	Юноши Е	777м,333м,500м	4
МТ	02-03.12.23 Сърбия	Лъчезар Стоянов	Юноши Е	777м,333м,500м	5

ю *В графа „вид на проявата" се попълва ранга на състезанието – световно или европейско първенство, световна или европейска купа, световна или европейска лига, регионални първенства на югоизточна Европа, балкански първенства, международни турнири и др.*

** При колективните спортове се нанасят имената на спортистите, включени в отбора*

3. Подготовка на спортисти през 2023 г.:

3.1. Проведена централизирана подготовка от клуба - дата и място на провеждане	Брой лагер дни	Възрастова група	Брой спортисти	Брой национални състезатели	Брой треньори и дл. лица
01-15.07.2023 Ахтопол	15	всички	15	7	2
17-23.07.2023 Унгария	6	Юн/дев	2	2	

05-20.12.2023 Унгария	15	Юн/дев	2	2	

3.2. Средства във връзка с подготовката на спортисти през 2023 г.

Име на спортиста	Възрастова група/дисциплина/стил /категория	Брой месеци, за които са получавани средства

4. Спортисти, включени в националните отбори през 2023 г.

Име на спортиста	Възрастова група/дисциплина/стил/категория	Участие в централизирана подготовка на националния отбор - дата и място на провеждане
Васил Георгиев	Юноши А	Ахтопол 01-15.07.2023
Ния Пецева	Девойки А	Ахтопол 01-15.07.2023
Соня Стоянова	Девойки В	Ахтопол 01-15.07.2023/ Унгария 17.07-12.09.23
Асен Гюров	Юноши В	Ахтопол 01-15.07.2023/ Унгария 17.07-12.09.23
Момчил Георгиев	Юноши В	Ахтопол 01-15.07.2023
Лора Апстолова	Девойки В	Ахтопол 01-15.07.2023
Даниел Кръстев	Юноши В	Ахтопол 01-15.07.2023

5. Материално-техническо осигуряване (МТО) през 2023 г.

Закупена екипировка, уреди и пособия	Брой
Железа за шорттрек Skate Tec M Wave	1
Камък за точене DMT Duosharp 8” Whetstone	1
Обувки за шорттрек Knocky skate	1
Стенд за точене Nagano Gold	1
Камък за точене Nagano Skate 2” Diamond Whetstone	1
Камък за точене Zandstra Foss Whetstone	3
Камък за мустаци Nagano Skate Diamond Burr	3

6. Възнаграждения на треньори и длъжностни лица:

Име на треньорския кадър /длъжностното лице	Длъжност	Брой месеци, за които са изплащани възнаграждения

7. Наеми и консумативи

Наименование на спортната база и съоръжение, която е ползвана	Брой ползвани дни/месеци	Вид на мероприятието, проведено на спортната база
Наем съблекалня в ЗДС		Тренировъчен процес

** В графа „вид на мероприятието, проведено на спортната базата” се отбелязва – спортната база за целогодишен тренировъчен процес, тренировъчен лагер, състезание и др.*

Кратък анализ на дейността на клуба през 2023 г.:

Кънки Клуб Ледени звезди е един от двата клуба в България, които развиват този атрактивен и динамичен зимен спорт – шорттрек.

През последните две години в условията на Covid пандемия, беше и продължава да бъде изключително трудно да се работи и развива спорта шорттрек. Спортните зали се затваряха, много от състезанията бяха отменени, както ДП така и международни стартове. Пътуванията в чужбина са сложни с тежки изисквания за тестване, които водят до оскъпяване на участието. От друга страна родителите се притесняват да водят децата си на ледената пързалка и те да участват в състезания, където неминуемо, ще има струпване на много хора и спазването на дистанция е почти невъзможно. Това неминуемо допринесе да има отлив на желаещи да практикуват спорта шорттрек

Ограниченият брой състезатели и желаещи да се занимават със спорта шорттрек, както и липсата на ледени пързалки за провеждане на тренировки е огромно предизвикателство за нас.

Ограниченият брой състезатели и желаещи да се занимават със спорта шорттрек, както и липсата на ледени пързалки за провеждане на тренировки е огромно предизвикателство за нас. Нашият спорт е изключително опасен, когато се работи на ледена пързалка с неподвижна мантинела, какъвто е случаят в Зимен дворец на спорта. Всяко падане е рисково и може да доведе до много сериозни травми. Състезателите ни пораснаха и вече се състезават на доста високо ниво при мъже и жени на големи състезания. Всяка тренировка е под огромно напрежение за всички треньори, предвид , че мантинелата не само, че е неподвижна, но е и закопана на 40 см дълбочина в цимента. Огромен проблем е липсата за зала за провеждане на подготовката на сухо. Единственото място в Зимен дворец на спорта за суха подготовка е коридорът на вторият етаж на пързалката, който е покрит с мрамор и е изключително неподходящ за всякакъв вид спорт. Да не говорим, че е мръсен и студен. Това ни принуждава, да търсим други зали, които допълнително оскъпяват подготовката, а от друга страна усложнява присъствието на децата в тренировките.

Спортът шорттрек може да се практикува само в представителната зала в Зимен дворец на спорта, тъй като тренировъчната пързалка е с по-малки размери, което е още по-опасно за състезателите ни.

Почти всички клубове водят подготовката си в Зимен дворец на спорта – шорттрек, фигурно пързаляне и хокей на лед. Това допълнително усложнява ползването на часове в подходящ диапазон за малките деца и състезателите. Не може да се ползват часове всеки ден, за да има място за всички клубове.

Качеството на леда е от изключително значение за спорта шорттрек. За съжаление 10 минути поправка на леда не стигат, за да може да се направи качествен лед, който да не е опасен за състезателите ни.

Температурата в Зимен дворец на спорта в голяма зала е изключително ниска и се налага да работим при арктически температури. Това е проблем, защото екипировката ни не е за тези температури и състезателите измръзват на леда. Също така, това е предпоставка за повече травми и не на последно място отблъсква родителите, да водят децата си да се занимават със спорт в тези условия.

Нашата мисия е да насърчава, развива и популяризира спорта шорттрек, като емблематично изживяване, което трябва да е достъпно за повече желаещи да го практикуват.

Програмата ни за развитие има за цел да предостави възможност на състезателите ни да разгърнат личният си потенциал в спорта, като им предоставим добро планиране, развитие на треньорите и максимална възможност за ползване на спортната база за

подготовка.

Тренировките и състезанията, трябва да бъдат така планирани, че да предпазват кънкьорите от травми, за да осигурят спортно здраве и благополучие, което от своя страна, ще помогне да изпитат радостта от спорта.

Кънки Клуб Ледени Звезди залага на няколко важни стратегически цели в програмата си.

- Популяризиране, набиране и развиване на нови желаещи от начално ниво, които да се подготвят и развият до елитни състезатели. Това представлява цялостен процес на изграждане в децата не само на умения и знания в спорта шорттрек, но и развиване на социални умения, ще им даде възможност да бъдат част от отбора, да се научат да си помагат и подкрепят във всяко едно отношение. Това са качества, които, ще допринесат за развитието на характера на състезателите и ще им помогне във всяко начинание.
- Развитие на високо спортно майсторство. Дългогодишният ни опит, методиката ни работа и непрекъснатият обмен на информация с водещи треньори и технически специалисти за поддръжка на екипировката на състезателите, ни дава възможност да осигурим добро планиране на тренировъчната си дейност с цел развитие на елитни състезатели.
- Повишаване квалификацията на треньорските кадри и техническите лица клуба.
- Осигуряване на непрекъснат тренировъчен процес за подготовка.
- Осигуряване на участия в международни лагери и състезания.
- Осигуряване на материално техническо оборудване за подготовка на леда и извън него.
- Задълбочена работа със състезателите за запознаване с правилниците на международния кънки съюз за спорта шорттрек и запознаване с антидопинговите правила.

Програмата за подготовка за 2023 г. на Кънки Клуб Ледени Звезди, трябва да осигури приоритетно подготовка и успешно представяне на българските състезатели по шортрек в най-отговорните стартове от вътрешния и международен спортен календар - Европейски, Световни първенства, Световни юношески първенства и Европейски Купи за юноши, девойки, мъже и жени.

Програмата се реализира от състезателите на Кънки Клуб Ледени Звезди, включени в националните отбори по шорттрек на БФ Кънки, като изпълнението и се осигурява от треньори, технически и медицински лица, и други специалисти. Изготвянето на програмата е важна предпоставка за подобряване качеството на тренировъчния и състезателен процес и е насочен към повишаване на конкурентната способност на българските състезатели.

Основен акцент в програмата е подобряването на многогодишния тренировъчен и състезателен процес и усъвършенстване на двигателни, психически и технически възможности на състезателите по шорттрек. Анализите на последните два Олимпийски цикъла показват тенденциите в развитието на спорта шорттрек в Световен аспект, а именно: тренировъчни средства и методи, постижения, рекорди, финансиране - бюджет ММС, БФК , научно осигуряване, техническо осигуряване, позиции на България в световния шорттрек участие в ЕП, СЮП, СП, състояние на тренировъчния и състезателен процес, управление, финансиране, материална база, научно-техническо осигуряване.

1. Цикли - 2 / летен и зимен /

2. Периоди - 5
- Подготвителен период
- Състезателен период
- Преходен период

3. Мезоцикли - 9. Задачи по мезоциклите:

Мезоцикъл 1. от 13.04 до 14.06.23 г. Подготвителния период има главна задача възстановяване на достигнатите по-рано показатели за повишаване на силовата издръжливост. Работата за бързина е определящ фактор през всички периоди, за оптимизиране на сумарното натоварване. През този първи етап на подготвителния период развиваме дихателните възможности.

Мезоцикъл 2. от 14.06 до 19.07.23 г. През вторият етап на подготвителния период, главната задача е понататъчното развиване на силовите показатели и достигане на най-високите им стойности - работа за максимална сила. При работата за развиване на сила и издръжливост, работим и за усъвършенстване на скоростните възможности. През този етап смесения режим на работа аеробно / анаеробен, като усъвършенстваме алактатните възможности.

Мезоцикъл 3. от 19.07 до 16.08.23 г. В този период продължава да е водеща подготовката на сухо.

Мезоцикъл 4. от 16.08 до 20.09.23 г. Преминаваме от тренировки на сухо към тренировки на лед. Специално подготвителен. Продължава развиването на специално силовите качества Специалната издръжливост. Работим за динамична сила, Усъвършенстване на техниката и тактиката.

Мезоцикъл 5. от 20.09 до 08.11.23 г. Пред състезателен период. Работа за динамична сила. В работата за бързина - достигане на собствените скоростни възможности. Усъвършенства- не на гликолитична (лактатна) издръжливост. Работа за техника и тактика.

Мезоцикъл 6. от 08.11 до 10.01.23 г. Състезателен период. Силовите тренировки са за стимулиране на скоростно – силовите възможности. В работата за бързина - етап на надпрагови дразнители. Участие в състезания.

Мезоцикъл 7. от 10.01 до 21.02.23 г. Състезателен период. Поддържане на достигнатото равнище на ОФП и СФП. Работа за техника и тактика. Участие в състезания.

Мезоцикъл 8. от 21.02 до 31.03.23 г. Поддържане равнището на СФП и ОФП.Работа за техника и тактика. Участие в късни състезания

Мезоцикъл 9. от 31.03 до 18.04.23г. Преходен период - почивен. В този период се използват упражнения за развиване на някои изоставащи групи мускули. Практикуване на други спортове, като средства за активен отдих.

КФИ – дати: 15.06; 15.07; 10.08

СПТ – дати: 19.05; 12.06; 12.08

Тренировъчни показатели	Планирано	Изпълнено
Тренировъчни дни	252	250
Брой тренировки	513	508
Брой тренировъчни часове	1017	1014
Брой лагерни дни	60	60
Брой състезания	6	6
Специфични тренировъчни показатели	333	333
КФИ	4	4

Биляна Пиронкова

Председател Кънки Клуб Ледени Звезди

КЪНКИ КЛУБ ЛЕДЕНИ ЗВЕЗДИ

Представляващ :