ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

Český šermířský svaz

Zpráva o výsledcích státní reprezentace a vyhodnocení péče o talentovanou mládež za rok 2025

Zpráva o výsledcích státní reprezentace v roce 2025

I. Státní reprezentace

1. Seznamy státních reprezentantů

V roce 2025 byli v jednotlivých zbraních a kategoriích státními reprezentanty níže uvedení sportovci:

Kord ženy:

Gabriela Aigermanová

Veronika Bieleszová

Anna Coufalová

Dominika Doubová

Patricie Prokšíková

Kateřina Saligerová

Kord muži:

Josef Balcar

František Coufal

Michal Čupr

Jakub Jurka

Jan Kuf

Matyáš Pavlík

Martin Rubeš

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

Matěj Salzer

Fleret ženy:

Štěpánka Anna Němcová

Ema Rubášová

Michala Illeková

Fleret muži:

Lev Michael Holý

Alexander Choupenitch

Marek Totušek

Šavle ženy:

Karolína Bechyňová

Šavle muži:

Matyáš Cacek

Šimon Cacek

Kryštof Král

Filip Wágner

Kord juniorky:

Barbora Cejnarová

Natálie Coufalová

Hana Jurková

Eliška Kahabková

Amálie Valentová

Kord junioři:

Karím Choun

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

Jonáš Waller

Fleret juniorky:

Michala Illeková

Kateřina Illeková

Barbora Prokešová

Annabelle Winona Roth

Justýna Schaeferová

Anna Šimková

Fleret junioři:

Lev Michael Holý

Max Kavecký

Jakub Vrtílek

Šavle juniorky:

Šavle junioři:

Matyáš Cacek

Šimon Cacek

Lumír Král

Filip Wágner

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

2. Absolvované plánované turnaje státních reprezentantů[1]

kord ženy (+ tým)

datum	turnaj
11.01.2025	U23 Berlín
07.02.2025	SP Barcelona
23.02.2025	U23 Budapešť
14.03.2025	GP Budapešť
27.03.2025	SP Marakéš
25.04.2025	ME U23 Tallin (+ tým)
16.06.2025	ME Janov (+ tým)
22.07.2025	MS Tbilisi (+ tým)
06.12.2025	SP Vancouver (+tým)

+ byl přesunut SP Fujairah z 11/2025 na 01/2026

kord muži (+ tým)

datum	turnaj
25. 01. 2025	GP Doha
06. 02. 2025	SP Heidenheim (+ tým)
22. 02. 2025	U23 Budapešť
15. 03. 2025	GP Budapešť
27. 03. 2025	SP Marakéš (+ tým)
25. 04. 2025	ME U23 Tallin (+ tým)
10. 05. 2025	GP Bogota
23. 05. 2025	SP Saint-Maur (+ tým)
15. 06. 2025	ME Janov (+ tým)
26. 07. 2025	MS Tbilisi (+ tým)
05. 12. 2025	SP Vancouver (+ tým)

+ byl přesunut SP Fujairah z 11/2025 na 01/2026

[1] OH – Olympijské hry / GP – grand prix / SP – světový pohár / ME – Mistrovství Evropy / MS – Mistrovství světa / U23 – Evropský okruh U23/ SA – satelitní turnaj FIE / SPJ – Světový pohár juniorů / MEJ – Mistrovství Evropy juniorů / MSJ – Mistrovství světa juniorů

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

fleret ženy

datum	turnaj
07. 02. 2024	GP Turín
16. 03. 2025	U23 Brno
25.04.2025	ME U23 Tallin
01. 05. 2025	SP Vancouver
10. 05. 2025	U23 Budapešť
14. 06. 2025	ME Janov
24. 07. 2025	MS Tbilisi
28. 09. 2025	SA Timisoara
18. 10 .2025	SA Samorin
25. 10. 2025	SA Barcelona
06. 11. 2025	SP Palma De Mallorca

fleret muži

datum	turnaj
10. 01. 2025	SP Paříž
07. 02. 2025	GP Turín
07. 03. 2025	SP Káhira
15. 03. 2025	U23 Brno
22. 03. 2025	GP Lima – nakonec neobsazeno z důvodu nemoci
25. 04. 2025	ME U23 Tallin
02. 05. 2025	SP Vancouver
10. 05. 2025	U23 Budapešť
17. 05. 2025	GP Shanghai
16. 06. 2025	ME Janov
22. 07. 2025	MS Tbilisi

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

07. 11. 2025	SP Palma De Mallorca
05. 12. 2025	SP Fukuoka

šavle ženy

datum	turnaj
23. 01. 2025	SP Plovdiv
16. 02. 2025	U23 Budapešť
07. 03. 2025	SP Heráklion
12. 04. 2025	U23 Vídeň
25. 04. 2025	ME U23 Tallin
26. 07. 2025	MS Tbilisi
27. 09. 2025	SA Gent
11. 11. 2025	SA Norimberk
04. 12. 2025	GP Orleáns

šavle muži

datum	turnaj
24. 01. 2025	SP Plovdiv
15. 02. 2025	U23 Budapešť
07. 03. 2025	SP Padova
28. 03. 2025	SP Budapešť
12. 04. 2025	U23 Vídeň
10. 05. 2025	U23 Sofia
14. 06. 2025	ME Janov
28. 09. 2025	SA Gent
11. 10. 2025	SA Norimberk
26. 10. 2025	SA Sofia

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

Juniorské kategorie

kord juniorky

datum	turnaj
04. 01. 2025	SPJ Udine (+ tým)
28. 02. 2025	MEJ Antalya (+ tým)
13. 04. 2025	MSJ Wuxi (+ tým)
07. 12. 2025	U23 Laupheim
13. 12. 2025	SPJ Burgos (+ tým)

kord junioři (+ tým)

datum	turnaj
04. 01. 2025	SPJ Basilej (+ tým)
01. 02. 2025	SPJ Káhira
15. 02. 2025	SPJ Vršac (+ tým)
27. 02. 2025	MEJ Antalya (+ tým)
13. 04. 2025	MSJ Wuxi (+ tým)
06. 12. 2025	U23 Laupheim

fleret juniorky (+ tým)

datum	turnaj
04. 01. 2025	SPJ Fujairah (+ tým)
18. 01. 2025	SPJ Tbilisi (+ tým)
01. 02. 2025	SPJ Záhřeb (+ tým)
27. 02. 2025	MEJ Antalya (+ tým)
10. 04. 2025	MSJ Wuxi (+ tým)

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

01. 11. 2025	SPJ Istanbul (+ tým)
28. 11. 2025	SPJ Šamorín (+ tým)

fleret junioři

datum	turnaj
18. 01. 2025	SPJ Aix-en-Provance
31. 01. 2025	SPJ Záhřeb (+ tým)
28. 02. 2025	MEJ Antalya
10. 04. 2025	MSJ Wuxi
31. 10. 2025	SPJ Istanbul (+ tým)
30. 11. 2025	SPJ Šamorín (+ tým)

šavle juniorky

datum	turnaj

šavle junioři (+ tým)

datum	turnaj
01. 02. 2025	SPJ Plovdiv
28. 02. 2025	MEJ Antalya (+ tým)
07. 04. 2025	MSJ Wuxi (+ tým)
22. 11. 2025	U23 Grünwald
13. 12. 2025	SPJ Dormagen

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

3. Výsledky (umístění na žebříčku na konci sezony 2024/2025)

Seniorská kategorie

Kord ženy:

143. Veronika Bieleszová
204. Dominika Doubová
241. Anna Coufalová
278. Gabriela Aigermanová
512. Patricie Prokšíková
813. Kateřina Saligerová (část sezony zraněna)

Počet závodnic na žebříčku celkem: 830

Kord muži:

9. Jakub Jurka
48. Michal Čupr
65. Martin Rubeš
74. Matyáš Pavlík
313. František Coufal
341. Jan Kuf
336. Josef Balcar
474. Matěj Salzer

Počet závodníků na žebříčku celkem: 1072

Fleret ženy:

141. Michala Illeková
287. Štěpánka Anna Němcová
476. Ema Rubášová (ukončila sportovní kariéru v průběhu sezony)

Počet závodnic na žebříčku celkem: 727

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

Fleret muži:

5. Alexander Choupenitch
177. Lev Michael Holý
451. Max Kavecký
- Marek Totušek (zranění celou sezonu)

Počet závodníků na žebříčku celkem: 905

Šavle ženy:

190. Karolína Bechyňová

Počet závodnic na žebříčku celkem: 532

Šavle muži:

238. Matyáš Cacek
312. Filip Wágner
396. Šimon Cacek
522. Kryštof Král

Počet závodníků na žebříčku celkem: 767

Týmy (seniorská kategorie) – postavení na světovém žebříčku

Kord muži 15. místo (74 týmů)
Kord ženy 45. místo (57 týmů)

Juniorská kategorie

Kord juniorky:

101. Hana Jurková
184. Natálie Coufalová
210. Barbora Cejnarová
266. Amálie Valentová
434. Eliška Kahabková

Počet závodníků na žebříčku celkem: 621

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

Kord junioři:

157. Jonáš Waller

166. Karím Choun

Počet závodníků na žebříčku celkem: 725

Fleret juniorky:

83. Michala Illeková

146. Barbora Prokešová

173. Annabelle Winona Roth

199. Kateřina Illeková

205. Anna Šimková

273. Justýna Schaeferová

Počet závodníků na žebříčku celkem: 547

Fleret junioři:

108. Max Kavecký

143. Lev Michael Holý

397. Jakub Vrtílek

Počet závodníků na žebříčku celkem: 641

Šavle juniorky:

Šavle junioři:

206. Šimon Cacek

213. Lumír Král

244. Matyáš Cacek

262. Filip Wágner

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

Počet závodníků na žebříčku celkem: 552

Týmy (juniorské kategorie) – postavení na světovém žebříčku

Kord junioři	46. místo (z 78 zemí)
Kord juniorky	46. místo (z 57 zemí)
Fleret juniorky	15. místo (z 56 zemí)
Fleret junioři	56. místo (z 56 zemí)
Šavle junioři	45. místo (z 57 zemí)

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

TOP výsledky na vrcholných akcích a hodnocení roku 2025:



GP Turín 2025, Alexander Choupenitch a Giovani Bortolaso, Foto Pavia

Mezi největší úspěchy uplynulé sezony patří jistě 4 medaile ze světových pohárů a Grand Prix Alexandra Choupenitche a jeho udržení ve světovém šestnáctce.

Posun ve světovém rankingu rovněž zaznamenal Jakub Jurka v kordu, kdy se po medaili na světovém poháru a několik umístění mezi nejlepšími 8 posunul do světové šestnáctky.

V poolympijské sezóně byl hlavním cílem vybudovat nový kordový tým a nalézt stabilní náhradu za Jiřího Berana, který ukončil svou kariéru. Během roku dostalo příležitost více sportovců, přičemž Matyáš Pavlík se dokázal stabilizovat a s týmem se zúčastnil mistrovství světa i mistrovství Evropy.

Další výzvou bylo vybudování zázemí pro italského trenéra Giovanniho Bortolasa, který se stal osobním trenérem Alexandra Choupenitche. Zároveň pod jeho vedením trénuje celá skupina talentů, která se centralizovala v Hase. Vybudovat zázemí jak pro trenéra, tak pro sportovce, se povedlo. Rovněž již byla navázána spolupráce s jinými trenéry, což vedlo ke zvýšení kvality jednotlivých tréninků. Giovanni se mezi trenéry začlenil a stává se stabilní částí trenérského týmu.

Sportovcům se zlepšila fyzická připravenost a již se u některých z nich nepotýkáme s

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

nedostatkem sil u vypjatých zápasů.

Rovněž se nám povedlo zorganizovat několik mezinárodních tréninkových kempů i domácích soustředěních s mezinárodní účastí. Kromě tradičního mezinárodního turnaje v kordu se podařilo uspořádat i evropský pohár ve fleretu s dobrým ohlasem ze zahraničí.

Přes vynikající výsledky našich nejlepších seniorů v závodech Světového poháru se ani na mistrovství Evropy ani na mistrovství světa nepodařilo vybojovat kýženou medaili. Ani juniorům se na mistrovství Evropy ani na mistrovství světa nepodařilo dosáhnout významných umístění.

I nadále se někteří naši sportovci potýkali s dlouho trvajícími zraněními, které dokonce dva sportovce vyřadilo do konce sezony. Tým kordistů se také potýkal se zraněními opor a s téměř půlroční zdravotní indispozicí hlavního trenéra. Výkony týmu nebyly stabilizované a až na osmé místo na ME ani dobré.

V uplynulé sezoně se dařilo kadetským dívčím reprezentacím, jak v individuálních, tak týmových soutěžích. Oběma družstvům se podařilo získat medailová umístění v evropských pohárech kadetek, dokonce i medaile zlaté. Mezi jednotlivci patří mezi výrazná jména Kateřina Illeková a ještě mladší Kateřina Nemeškalová ve fleretu. V kordu je více dívek vyrovnaných a všechny již získaly individuální i družstevní medaili v evropských soutěžích, jedná se o Hanu Jurkovou, Elišku Kahabkovou, Natálii Coufalovou a Adélu Bartoškovou. Tyto dívky rovněž vybojovaly na mistrovství Evropy bronzové medaile ze soutěže týmů.

V chlapeckých kategoriích vždy dva až tři sportovci na české scéně převyšují ostatní svým talentem, postupně se zlepšuje jejich mezinárodní výkonnost. Jsou velkým potenciálem do budoucna, do seniorských kategorií.

Na začátku nové sezony 2025/2026 se opět dařilo Alexandrovi Choupenitchovi, který vyhrál svůj první světový pohár v seniorské kategorii, když nenašel přemožitele v Palmě de Mallorca. Jak Alexander Choupenitch, tak Jakub Jurka figurovali ke konci roku 2025 mezi 16 ti nejlepšími jednotlivci ve svých kategoriích, což je velmi prestižní a zaručuje to nasazení přímo do pavouka 64‘.

Velkou nepříjemností zůstalo i v sezoně 2024/2025 a 2025/2026 přidělování pořadatelství světových juniorských, ale i seniorských akcí (SP, SPJ, GP) mimo Evropu do stále exotičtějších destinací jako San Salvador, Bahrajn, Costa Rica, či Nigérie. Dochází tím k významnému zvýšení nákladů a časové náročnosti soutěží, což je problémem hlavně v juniorských kategoriích. Bez možnosti poměřovat síly s nejlepšími šermíři a šermířkami světa je velmi obtížné rozvíjet talent a

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

potenciál našich mladých závodníků. Často také docházelo ke změně termínů či míst konání, což také narušuje průběh sezony.



MEK Antalye 2025, Hana Jurková, Eliška Kahabková, Natálie Coufalová, Adéla Bartošková a Tomáš Jurka, Foto Pavia

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

Souhrn TOP výsledků:

MS (Tbilisi, senioři)

jméno	umístění	počet startujících	počet zemí
Jakub Jurka	11.	213	73
Alexander Choupenitch	11.	160	58

ME (Janov, senioři)

jméno	umístění	počet startujících	počet zemí
Michal Čupr	12.	110	34
Matyáš Pavlík	16.	110	34
Alexander Choupenitch	16.	71	24
Veronika Bieleszová	21.	96	33
Michala Illeková	26.	66	24
Kord senioři tým	8.	22	22

ME U23 (Tallin, U23)

jméno	umístění	počet startujících	počet zemí
Michala Illeková	8.	58	21
Lev Michael Holý	24.	66	21
Karolína Bechyňová	28.	46	16

MSJ (Wuxi, junioři)

Jméno	umístění	počet startujících	počet zemí
Max Kavecký	32.	161	61

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

MEJ (Antalya, junioři)

jméno	umístění	počet startujících	počet zemí
Hana Jurková	16.	96	29
Michala Illeková	29.	80	25
Fleret juniorky tým	8.	15	15

GP (senioři)

jméno	umístění	počet startujících	místo konání
Alexander Choupenitch	2.	255	Turín (ITA)
Jakub Jurka	6.	247	Doha (QAT)
Jakub Jurka	6.	189	Bogota (COL)
Alexander Choupenitch	9.	212	Shanghai (CHN)
Michal Čupr	15.	189	Bogota (COL)
Martin Rubeš	26.	189	Bogota (COL)

SP (senioři)

jméno	umístění	počet startujících	místo konání
Alexander Choupenitch	**1**.	250	Palma De Malorca (ESP)
Alexander Choupenitch	2.	240	Káhira (EGY)
Jakub Jurka	2.	216	Marakéš (MAR)
Alexander Choupenitch	3.	301	Paříž (FRA)
Jakub Jurka	6.	359	St. Maur (FRA)
Alexander Choupenitch	10.	193	Vancouver (CAN)
Alexander Choupenitch	18.	232	Fukuoka (JPN)
Martin Rubeš	24.	216	Marakéš (MAR)
kord senioři tým	10.	36	St. Maur (FRA)
kord senioři tým	11.	37	Heidenheim (GER)

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

kord senioři tým	13.	32	Marakéš (MAR)

SPJ (junioři)

jméno	umístění	počet startujících	místo konání
Lev Michael Holý	6.	308	Istanbul (TUR)
Lev Michael Holý	22.	177	Heráklion (GRE)
Karím Choun	26.	180	Vršac (SRB)
fleret juniorky tým	11.	24	Zagreb (CRO)
fleret juniorky tým	13.	28	Istanbul (TUR)
kord juniorky tým	13.	21	Burgos (ESP)

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

Vyhodnocení péče o talentovanou mládež za rok 2025

I. Talentovaná mládež

1. Systém a koncepce talentované mládeže – část popisná

a) řízení systému, organizační struktura

Péče o talentovanou mládež probíhá v souladu s platným dokumentem „Koncepce péče o talentovanou mládež Českého šermířského svazu pro rok 2025“, schváleným Výkonným výborem ČŠS. Z něj vychází struktura péče o talenty, která je vedena po ose oddíl/klub – svazová podpora – SpS - SCM – VSCM - Victoria VSC MŠMT. Z hlediska organizační struktury pak Koncepci podpory talentované mládeže řídí předseda ČŠS ve spolupráci s trenéry mládeže. Hlavní trenéři Center talentované mládeže pro jednotlivé zbraně jsou do funkce jmenováni VV ČŠS na základě jejich odborných znalostí a odpovídající kvalifikace (minimálně II. trenérská třída ČŠS/licence B). Činnost center talentované mládeže podléhá kontrole VV ČŠS.

b) vazba na reprezentaci under age kategorie

Kritéria zařazení do systému talentované mládeže korespondují s podmínkami pro zařazení do reprezentačních teamů příslušných věkových kategorií. Nemůže se tak stát, že by účastník reprezentační akce under age kategorie nebyl zařazen do systému podpory talentované mládeže.

c) způsob podpory

Z dokumentu Koncepce vychází i způsob podpory talentované mládeže:

- Finanční prostředky z programu Talent jsou určeny pouze na úhradu mzdových prostředků trenérů zařazených sportovců. Každý zařazený tak má garanci kvality trenérského zabezpečení.

- Konečným příjemcem dotace je oddíl, při kterém je smluvně zřízen některý z článků systému péče talentovanou mládež. S oddíly je uzavírána smlouva na kalendářní rok, ve které se klub zavazuje dodržovat podmínky čerpání finančních prostředků, včetně jeho řádného vyúčtování. Dokument vychází ze smlouvy, která je uzavírána mezi NSA a ČŠS. Rozdělení a výši finančních prostředků přidělené dotace na činnost center talentované mládeže schvaluje na návrh předsedy ČŠS výkonný výbor ČŠS.

d) trenérské zajištění (vzdělávání, odpovědnost, smlouvy a jejich nastavení)

V prostředí ČŠS je kladen na kvalitu trenérského zajištění a celoživotního vzdělávání mimořádný důraz. Své místo v rámci svazu má jak vzdělávání formální, tak neformální a informální. V rámci péče o talentovanou mládež je tento důraz patrný již ze samotné podmínky držení minimálně licence B/ II. třídy ČŠS pro hlavní trenéry jednotlivých center. Svaz se ke vzdělávání trenérů zavazuje i v rámci vlastní Koncepce viz body 7.7. a 7.8.

Každoročně probíhají vedle formálního vzdělávání, vedeného ve spolupráci s FTVS UK, také vzdělávací semináře, některé i s možností přítomností online. Svaz poskytuje trenérům vzdělávací materiály, které sám i ve spolupráci s odborníky mimo svazové struktury připravuje. Šíří odbornou literaturu vydávanou Victoria VSC pro potřeby sebevzdělávání trenérů apod.

Jednotliví trenéři jsou smluvně vázáni s oddíly, které mají podepsanou se svazem Smlouvu o zařazení klubu do systému péče o talentovanou mládež. V ní se např. zavazují postupovat s odbornou péčí v zabezpečení sportovní činnosti.

e) metodika a koncepce tréninkového procesu, její kontrola

Metodika a koncepce tréninkového procesu zařazených sportovců probíhá na základě Koncepce a její nedílné součásti – metodického dopisu Příprava mládeže v šermu. Základní kontrola tréninkového procesu probíhá formou pravidelného vyhodnocování tréninkových plánů. Z nich je patrná náplň tréninkových plánů, jejich plnění, účast na soutěžích, kempech apod.

Expertní skupina trenérů provádí pravidelný monitoring na turnajích doma i v zahraničí, stejně jako sledování talentů na šermířských soustředěních. Ta jsou organizována ČŠS jako třídenní soustředění, kde se spolu s nejlepšími reprezentanty účastní i mladí talenti ve věku U 20 (junioři) a U 17 (kadeti) – Skupina 1. Pro kategorie U 15 a U 13 se jedná o dvoudenní soustředění – Skupina 2.

Oddíly, ve kterých probíhá péče o talentovanou mládež, mají podepsanou se svazem Smlouvu o zařazení klubu do systému péče o talentovanou mládež. V ní jsou stanoveny podmínky spolupráce, mimo jiné postupovat v přípravě talentované mládeže v souladu se zájmy ČŠS.

f) vyřazování ze systému při neplnění dohledu nad kondičním rozvojem (trenéři, testování)

V roce 2025 bylo kontrolováno plnění tréninkových plánů, výkonnostní progres na mezinárodní i národní úrovni a aktuální výkonnost. Při svazem pořádaných soustředěních pak formou zpětných

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

vazeb osobním či hlavním trenérům ze strany expertů řešena doporučení k technicko – taktické přípravě jednotlivých sportovců.

g) zdravotní zajištění (fyzio, rehabilitace)

Potřeby lékařského zabezpečení, rehabilitace apod. řeší jednotlivé články péče o talentovanou mládež samostatně, v případě potřeby se do řešení zapojuje také svaz. Úroveň zabezpečení se liší dle věku a výkonnosti.

S výstupy pracují osobní trenéři a hlavní trenéři center. V případě zranění, přetrvávající nemožnosti účastnit se soutěží nebo omezení tréninku hlásí Českému šermířskému svazu a reprezentačnímu trenérovi zbraně pro danou věkovou kategorii.

h) výběr zařazení dětí a mládeže do systému talentované mládeže svazu

V souladu s koncepcí jsou dána následující kritéria výběru:

Věk 12-21 let v roce 2025

- Sportovec zařazený do SpS: věk 12-15 let
- Sportovec zařazený do SCM: věk 16-19 let
- Sportovec zařazený do VSCM: 19-21 let
- Umístění v žebříčku do 5. místa k 30.12.2024, resp. 15 % žebříčku k 30.12.2024.
- Na návrh hlavního trenéra daného centra talentované mládeže může být zařazen i závodník/závodnice s mimořádným talentem. Zařazení provádí vždy hlavní trenér centra talentované mládeže a podléhá schválení VV ČŠS.

2. Systém a koncepce talentované mládeže – část hodnotící

a) řízení systému, organizační struktura

Péče o talentovanou mládež probíhala v souladu s platným dokumentem „Koncepce péče o talentovanou mládež Českého šermířského svazu pro rok 2025“, schváleným Výkonným výborem ČŠS. Z něj vycházející struktura péče o talenty byla dodržena.

Všech 37 trenérů Center talentované mládeže pro jednotlivé zbraně je držiteli trenérské licence ČŠS

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

a/nebo licence z akreditovaného pracoviště.

b) vazba na reprezentaci under age kategorie

Celkem bylo zařazeno 56 sportovců do SpS,
57 sportovců do SCM
11 sportovců do VSCM

c) způsob podpory

Finanční prostředky byly vyplaceny v souladu s koncepcí na trenérské mzdy. Celkem bylo vyplaceno 3 498 897,- Kč, z toho svazem bylo vyplaceno 297 tisíc Kč trenérům TCM, které je zřízeno přímo pod ČŠS, zbytek dotace byl rozdělen do klubů či oddílů, jimž byl pro rok 2025 přidělen statut TCM.

Z částky 2 904 000, která byla přidělena KP, bylo kluby čerpáno 455 000,-Kč na mzdy trenérů a 2 7498 000,-Kč byli trenéři OSVČ.

Zařazeny byly tyto oddíly:

- SC Praha Šerm
- ŠK Houšťka
- Šerm Ostrava
- 1. FC Bělá
- TJ Lokomotiva Plzeň
- TJ Dukla Olomouc
- USK Praha
- Lokomotiva Karlovy Vary
- Sokol Brno I

Všechny kluby do 31.1.2026 řádně přidělenou dotaci vyúčtovaly, doložily kopie prvotních dokladů, dokladů o úhradě, trenérské smlouvy či dohody o provedení práce. Všechny kluby dodržely rozpočet čerpání, tak jak se při uzavření smlouvy zavázaly.

d) trenérské zajištění

Činnost zabezpečovalo celkem 37 trenérů. Z toho licenci A/I. třídu ČŠS má 11 trenérů, licenci B/II. třídu ČŠS 13 trenérů a 12 trenérů má licenci III. třídy ČŠS. Trenéři se účastní vzdělávání pod hlavičkou ČŠS jak v rámci doškolovacích seminářů, tak i v rámci kurzů vedoucích ke zvýšení dosaženého trenérského vzdělání.

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

e) metodika a koncepce tréninkového procesu, její kontrola

Základní kontrola tréninkového procesu probíhala formou pravidelného vyhodnocování tréninkových plánů. Z nich byla patrná náplň tréninkových plánů, jejich plnění, účast na soutěžích, soustředěních apod. Výhrady byly sdělovány hlavním trenérům průběžně, ve většině případů se jednalo o pozdní vyplňování podkladů.

Proběhlo 6 kontrolních návštěv v oddílech. Příprava probíhala v souladu s koncepcí a dle metodického dopisu Příprava mládeže v šermu.

Proběhlo 12 soustředění v ČR pořádaných svazem. Zde formou zpětných vazeb skupina expertů informovala osobní a hlavní trenéry o zjištěných technických, případně taktických nedostatcích. Dále byla zorganizována účast závodníků na 10 zahraničních soustředěních napříč zbraněmi a kategoriemi.

U žádného z trenérů/oddílů nebylo zjištěno porušení platné smlouvy ani jiného dokumentu.

f) dohled nad kondičním rozvojem (trenéři, testování)

V roce 2023 poprvé proběhly společné testy sportovců center připravené ve spolupráci s experty z fakulty Sportovních studií Masarykovy univerzity v Brně (viz Koncepce testování šermířů níže). Součástí testovací baterie byly:

- 505 Agility test
- Counter movement jump
- Standing long jump
- Yo-Yo intermittent recovery test level 1
- Y – balance test
- Měření tělesné výšky a tělesné hmotnosti

Zároveň byli testování přítomni vedoucí trenéři jednotlivých TCM a proběhla dlouhá odborná diskuse, jejímž výstupem bylo stanovení obsahu speciálního testování v kombinaci se šermířským testováním v jednotlivých centrech. V průběhu prvního společného testování nebyly odhaleny nedostatky v kondiční přípravě sportovců zařazených do TCM.
Ve 4Q 2024 proběhlo zkušební využití externího testování na klinice Barna Medical, kterého se

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

zúčastnili sportovci zařazení do TCM při USK Praha, SC Praha či při ČŠS. Součástí bylo testování explozivní a reaktivní síly na siloměrných plošinách, vybraný pohybový screening, bezradiační analýza páteře a vyšetření termokamerou. Počátkem roku 2025 obdrželi sportovci a jejich trenéři výsledky. Zatím nebylo rozhodnuto o pokračování či rozšíření testování v Barna Medical pro rok 2026.

V září 2024 byly připraveny 2 nové testovací baterie přímo pro potřeby šermu (od PhDr. J. Cacka, Ph.D. a od doc. PhDr. Š. Balka, Ph.D. – Koncepce testování šermířů), které mohou TCM využívat k testování závodníků ve vlastním prostředí, buď jako doplněk k vlastním již používaným testovacím bateriím nebo jako hlavní testovací baterii. Oba dokumenty obsahují i tabulky s interpretací dosažených výsledků pro každý uvedený test, a to i s ohledem na pohlaví, což usnadňuje vyhodnocování jak v rámci jednotlivých center, tak globálně. Oba dokumenty jsou volně přístupné na webových stránkách ČŠS.

Výsledky testů stejně jako další hodnocení zařazených sportovců jsou od roku 2024 součástí závěrečných zpráv jednotlivých center. Výsledky testování, jak speciálního, tak šermířského, jsou pravidelně využívány pro zkvalitnění a optimalizaci přípravy zařazených sportovců i při procesu řízení tréninku.

Nedílnou součástí testování a hodnocení šermířů jsou již dlouhodobě modelové turnaje, které probíhaly i v roce 2025 v rámci soustředění pořádaných ČŠS.

Koncepce testování šermířů zařazených do TCM a reprezentace

V tabulce hodnocení šermíře je doporučeno mimo jiné uvést následující údaje: lateralita, kategorie, zbraň, pohlaví, roky tréninku, výsledek MČR, nejvýznamnější mezinárodní úspěch

Níže jsou konkrétně uvedeny testové baterie připravené členy Vzdělávací a metodické komise ČŠS a Centra talentované mládeže byly vyzvány, aby je pro testování zařazených sportovců používali, pokud nemají k dispozici své vlastní testové baterie.

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

➢ Testovací baterie vytvořená PhDr. J. Cackem, Ph.D. (MUNI)

Testování šermířů

Proč testovat?

Diagnostika sportovců je důležitou součástí tréninkového procesu. Trenérům pomáhá:

- identifikovat silné a slabé stránky šermíře,
- monitorovat dlouhodobý vývoj sportovce,
- zjistit efektivitu nastavených tréninkových programů a odezvu konkrétního sportovce na ně,
- porovnat výkonnost sportovce v konkrétním testu se standardy,
- optimalizovat tréninkové zatížení,
- zjistit nerovnováhy a výkonové nedostatky, které mohou negativně ovlivnit zdraví (akutní a chronická poranění),
- identifikovat předpoklady pro výkon (dříve nazýváno jako identifikace talentu),
- zjistit kondiční připravenost sportovce k intenzifikaci tréninku.

Pozn. Doporučujeme výsledky testů evidovat například v xls formátu, aby bylo reálné porovnávat sportovce mezi sebou i sledovat progres/výkyvy výkonnosti ve střednědobém i dlouhodobém horizontu individuálně.

Jak testovat?

Níže uvedené testování by nemělo být realizováno v únavě. Ideálně tedy dva dny před testy významně snižte tréninkovou zátěž. Netestujte šermíře nikdy na konci tréninkové jednotky. Testy realizujte po adekvátní realizaci úvodní fáze tréninkové jednotky. Před každým testováním se tedy dostatečně rozehřejte a rozcvičte. V posledních letech je nejčastěji využíván tzv. RAMP protokol, který se skládá ze tří na sebe vzájemně navazujících částí. Jednotlivá písmena zkratky RAMP vyjadřují obsahovou náplň přípravy na testování nebo tréninkovou jednotku:

R – raise (z ang. zvýšit) představuje cílenou pohybovou činnost, jejímž úkolem je zvýšit teplotu tkání, které jsou zapojeny do pohybu na požadovanou úroveň. Zvýšená teplota pozitivně ovlivní fyziologické děje nezbytné pro následující část protokolu. Rozehřátí může být například realizováno pomocí běhu, šermířských pohybů, poskoků, podřepů aj. Vše realizujeme v nízké – střední intenzitě.

AM – activate (z ang. aktivovat) a **mobilize** (z ang. mobilizovat) představuje soubor cvičení a pohybových sekvencí, které slouží k aktivaci svalových skupin a zvýšení mobility nosných kloubů. Reálně zařazujeme dynamická cvičení realizovaná ve střední až vyšší intenzitě, při nichž jdeme do velkých rozsahů pohybu. Zaměříme se na aktivaci a mobilizaci partií (klouby, svaly...), které budeme využívat při testech.

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

P – potentiate (z ang. umocnit) specifická cvičení vykonávaná submaximální intenzitou. Jejich úkolem je připravit sportovce na specifický výkon. Například běh submax. intenzitou se změnou směru. Posuny a odsuny se změnou směru v submaximálních intenzitách. Skoky daleké z místa v submaximální intenzitě aj.

Co testovat?

Výkon šermíře je určován souborem faktorů, přičemž nejčastěji jsou zmiňovány faktory kondiční, technické, taktické, somatické a osobnostní. Níže uvedený soubor testů diagnostikuje úroveň motorických (kondičních) předpokladů, které odborníci považují v šermu za zásadní. Je vhodné si uvědomit, že v šermu existuje pouze velmi omezené množství testů, které by vycházely ze specifických šermířských činností a pohybů. V testových bateriích jsou tak uvedeny pouze standardizované obecně užívané testy (s výjimkou 505 specifického testu), které popisují obecnější úroveň předpokladů z hlediska pohybových schopností. Vědecké studie popisují šermířská utkání jako souboje integrující pohyby realizované různými intenzitami s odlišně dlouhými intervaly mezi ukončením jednoho a zahájením dalšího souboje v rámci každého utkání. Typickými představiteli pohybových činností, které se v šermu vyskytují, jsou přechody z obranného do útočného režimu doprovázené změnami směru ve vysoké rychlosti, akceleracemi a deceleracemi při posunech a odsunech i zakončeními, pro něž je charakteristické velmi intenzivní, často výbušné provedení výpadu.

Z uvedených důvodů (více například viz závěrečné práce) https://is.muni.cz/th/ux39w/Sasa_Srp__233500_-_Bakalarska_prace.pdf

https://is.muni.cz/th/nw8b5/BP_Krystof_Cacek.pdf

je logické testovat vytrvalostní schopnosti v intermitentní variantě (střídavý charakter zátěže), rychlost se změnou směru (akcelerace a decelerace) a explozivní sílu dolních končetin, která významně limituje jak pohyb šermíře (posuny a odsuny), tak také kvalitu výpadů (dle mnohých autorů je rychlost a délka výpadu zásadním předpokladem efektivity útoku).

MOTORICKÉ TESTY

1. 505 TEST RYCHLOSTI SE ZMĚNOU SMĚRU – BĚŽECKÝ TEST

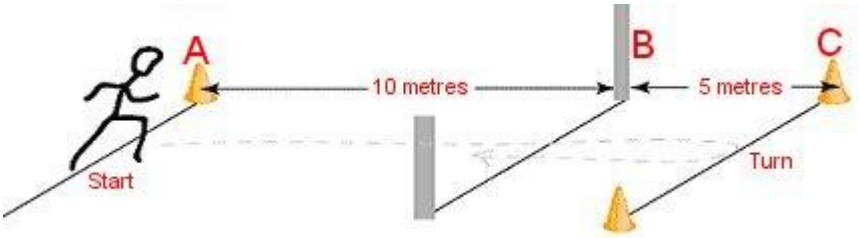
Zaměření: Test běžecké rychlosti se změnou směru (akcelerační a decelerační rychlost).

Materiál: Tělocvična, pásmo, 6 kuželek, neklouzavý povrch, stopky nebo elektrická časomíra (výrazně přesnější)

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

Provedení: Šermíř vybíhá z bodu A dle obrázku (Obr. 1) přes bod B k bodu C (mezi bodem A a B je 10 metrů a mezi body B a C je 5 metrů), přičemž mezi body A a B se snaží získat co největší rychlost. Stopky (časomíra) se spouští v okamžiku, kdy je čára protnuta přední částí hrudníku v bodu B. Testovaný pokračuje v běhu až do vzdálenosti 15 metrů (bod C) od bodu A, zde se co nejrychleji otočí (dotyk čáry jednou končetinou) a běží zpět směrem ke startovní čáře. Stopky/časomíra se zastaví v momentu, kdy testovaný proběhne (protne přední části hrudníku) metu 10 metrů (bod B). Reálně je tak měřena vzdálenost 10 m (5 + 5 m). Zaznamenejte oba pokusy. Otočení u bodu C je při prvním pokusu na dominantní a při druhém na nedominantní nohu. Odpočinek mezi pokusy by měl být nejméně 2 minuty. Před prvním pokusem je důležitý alespoň jeden cvičný pokus.

Obr. 1



Výsledek: Provádí se dva pokusy. Výsledkem uvádějte s přesností na 0,00 s (elektrická časomíra je přesná, u využití stopek hrozí u všech rychlostních testů významná chyba, která je daná individuální reakcí časoměřiče na průběh metami).

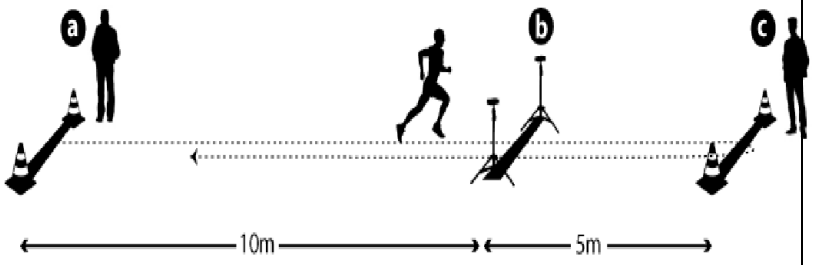
Hodnocení: Kategorie junioři/juniorky a senioři/seniorky

Úroveň	*Muži (s)*	*Ženy (s)*
elitní	> 2,15	> 2,40
výborná	2,15 - 2,31	2,40 - 2,56
dobrá	2,30 - 2,46	2,55 - 2,71
průměrná	2,45 - 2,61	2,70 - 2,86
podprůměrná	2,60 - 2,76	2,85 - 3,01
velmi nízká	< 2,76	< 3,01

Protokol:

Instrukce uchazečům	**Metodika**
• Nyní Vás čeká 505 Agility Test, který poběžíte 2x • Nyní běžíte od startovní čáry 15 metrů přes čáru „B“	Nastavení testu: • Vymezit kužely vzdálenost 10 a 15 m viz obrázek (vzdálenosti a-b; a-c) • V desetimetrové vzdálenosti umístit kužele, čáru/optické závory • Šířka dráhy je 1,5 – 2 m

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

mezi čárami/kuželi/optickými závorami ke druhé čáře „C“, kde se otočíte jedním chodidlem na čáře nebo za čárou a běžíte zpět maximální intenzitou s proběhnutím mezi kuželi/čárou/optickými závorami (čára „B“), které tvoří cílovou linii a jsou vzdálené 5 m od koncové čáry. Čas se zaznamenává od okamžiku, kdy poprvé proběhnete mezi kuželi/čárou/optickými závorami („B“ tzv. 5 metrová značka) a zastaví se, když se vrátíte přes tyto kuželi/čáru/ optické závory z koncové čáry. Zaznamenávají se oba pokusy s otočením jednou na levou a jednou na pravou stranu.	• Otestovat funkčnost stopek nebo časomíry • Udělit instrukce • Dát povel k připravení se testovaného na start a vyběhnutí • Kontrolovat: dotyk jednoho chodidla na nebo za linií „C“ • Zaznamenat finální skóre do archu na 0,01 s • Mezi jednotlivými pokusy dodržet interval zotavení 2 – 3 minuty  **Vybavení:** • Prostor o rozměrech 2x(20x5 m) s pevným podkladem • Stopky nebo sada fotobuněk • 6 kuželů • Pásmo • Záznamové archy • Páska nebo křída na vyznačení času

2. 505 TEST RYCHLOSTI SE ZMĚNOU SMĚRU – SPECIFICKÝ ŠERMÍŘSKÝ TEST (DOMINANTNÍ A NEDOMINANTNÍ VARIANTA V POSUNECH A ODSUNECH)

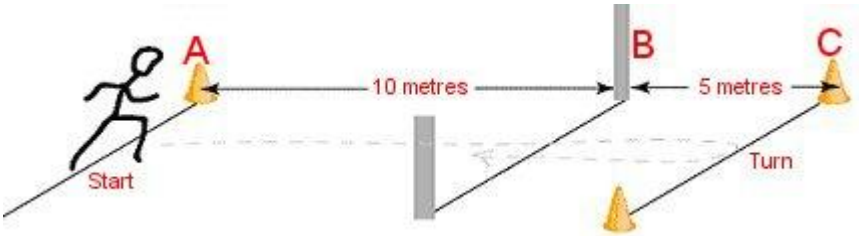
Zaměření: Test specifické šermířské rychlosti dolních končetin se změnou směru (akcelerační a decelerační rychlost).

Materiál: Tělocvična, pásmo, 6 kuželek, neklouzavý povrch, stopky nebo elektrická časomíra (výrazně přesnější),

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

Provedení: Šermíř začíná posuny z bodu A dle obrázku (Obr. 1) přes bod B k bodu C (mezi bodem A a B je 10 metrů, a mezi body B a C je 5 metrů), přičemž mezi body A a B se snaží postupně získat co největší rychlost. Stopky (časomíra) se spouští v okamžiku, kdy je čára protnuta přední části hrudníku v bodu B. Testovaný pokračuje v posunech maximální intenzitou, až do vzdálenosti 15 metrů (bod C) od bodu A. Zde se šermíř dotkne přední nohou čáry a co nejrychleji couvá odsuny zpět směrem ke startovní čáře. Stopky/časomíra se zastaví v momentu, kdy testovaný proběhne (protne zády při odsunech) metu 10 metrů (bod B). Reálně je tak měřena vzdálenost 10 m (5 + 5 m) Zaznamenejte oba pokusy. Při prvním pokusu použijte dominantní postavení a při druhém nedominantní postavení ve střehu. Odpočinek mezi pokusy by měl být nejméně 2 minuty. Před prvním pokusem je důležitý alespoň jeden cvičný pokus.

Obr. 1



Výsledek: Provádí se dva pokusy. Výsledkem uvádějte s přesností na 0,0 s (stopky) a 0,00 s (elektrická časomíra).

3. SKOK DALEKÝ Z MÍSTA ODRAZEM OBOUNOŽ

Zaměření: Test explozivní síly dolních končetin.

Materiál: Tělocvična, pásmo, pravítko (tyč) pro stanovení výkonu na pásmu.

Provedení: Šermíř stojí v mírném stoji rozkročném za čarou odrazu, provádí podřep se současným zášvihem paží a odráží se obounož (paže současně švihají vpřed) s cílem skočit co nejdále. Měří se vzdálenost části těla, nejblíže startovní čáře (nejčastěji pata jedné z končetin). Provedení odrazu mohou předcházet přípravné pohyby, vyjma poskoků vpřed nebo vzad.

Výsledek: Provádí se dva pokusy. Výsledkem testu je lepší z pokusů, měřený s přesností na 1 cm. Hodnoty odečítáme na pásmu (vzdálenost mezi čarou odrazu a poslední stopou - patou dopadu).

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz



Hodnocení: Kategorie junioři/juniorky a senioři/seniorky

Úroveň	Muži	Ženy
	cm	*cm*
elitní	> 282	> 240
výborná	254-281	206-239
dobrá	226-253	174-205
průměrná	197-225	140-173
podprůměrná	169-196	106-139
velmi nízká	< 168	< 105

4. YO – YO INTERMITTENT RECOVERY TEST (LEVEL 1)

Zaměření: Test aerobně-anaerobních vytrvalostních předpokladů a posouzení schopnosti zotavení po opakovaném vysoce intenzivním krátkodobém pohybovém zatížení. Odhad hodnoty VO2max **Materiál:** Aplikace s nahrávkou zvukových signálu daného testu:

Volně dostupná verze: https://soundcloud.com/f34r22/yoyo-intermittent-recovery-test-level-1

Placená verze přes Google Play:

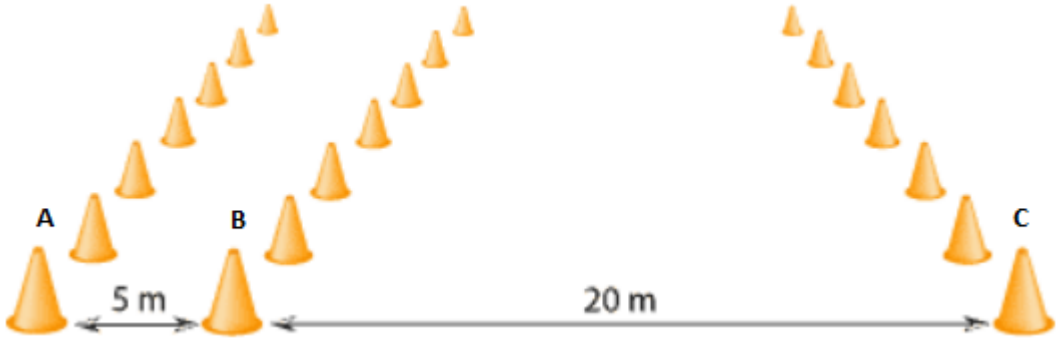
https://play.google.com/store/apps/details?id=rudy.android.yoyo&hl=en&pli=1

Přehrávací zařízení (mobilní telefon, tablet, počítač aj.) a ideálně reproduktor na zesílení zvuku, měřící pásmo, 3 značky – kužely, tužka, papír.

Postup: 2 kužely jsou od sebe vzdáleny 20 metrů (střed kuželů) a třetí kužel je položen 5 metrů za startovním kuželem (Obr. 2). Jestliže je testováno více šermířů najednou, jsou kužely 2 metry od sebe.

Obr. 2.

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz



Provedení: Šermíř běhá vždy dva 20 metrové úseky, které jsou proloženy krátkou zotavovací pauzou (10 sek.). Test trvá 5 – 15 minut v závislosti na stavu trénovanosti sportovce. Šermíř startuje na zvukový signál od značky „B“. Sportovec dobíhá na značku „C“ ideálně před nebo se signálem, otočí se a běží zpět na startovní značku „B“, na kterou musí doběhnout před nebo stejně s dalším zvukovým signálem. Šermíř potom přejde do pomalého běhu a otáčí se kolem třetí značky („A“), která je vzdálena 5 metrů od startovní značky (zotavovací pauza v trvání 10 s). Toto se opakuje do vyčerpání, tzn. když šermíř nestihne doběhnout dvakrát v průběhu testu se signálem na metu „B“ ve stanoveném čase. První nedoběhnutí je napomenutí (žlutá karta), druhé nedoběhnutí je ukončení testu a zaznamenání výsledku.

Výsledek: Výsledek je zaznamenán jako uběhnutá vzdálenost v metrech (záznamový arch). Z výsledku lze dopočtem odhadnout parametr VO2max pomocí rovnice níže.

Yo-Yo IR1: VO2max (mL/min/kg) = IR1 vzdálenost (m) × 0.0084 + 36.4

Hodnocení: Kategorie junioři/juniorky a senioři/seniorky

Úroveň	**Muži**		**Ženy**	
	metry	***level***	***metry***	***level***
elitní	> 2400	> 20.1	> 1600	> 17.5
výborná	2000-2400	18.7-20.1	1320-1600	16.6-17.5
dobrá	1520-1960	17.3-18.6	1000-1280	15.6-16.5
průměrná	1040-1480	15.7-17.2	680-960	14.6-15.5
podprůměrná	520-1000	14.2-15.6	320-640	13.1-14.5
velmi nízká	< 520	< 14.2	< 320	< 13.1

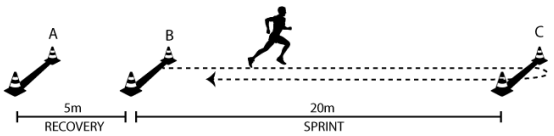
Protokol:

Instrukce šermířům	**Metodika**
• Nyní Vás čeká YoYo test. • Cílem testu je běžet úsek tam a zpět dle signálů a překročit aspoň jedním	Nastavení testu: • Označit kuželem vzdálenost 20+5 m • Udělit instrukce

chodidlem pomyslnou čáru vyznačenou kužely. Po každém úseku následuje 10 metrů klus okolo kuželu v zázemí.

- Je důležité, se zastavit na startovní čáře před startem následujícího úseku.
- Na začátku je rychlost běhu nízká, ale postupně roste. Nárůst rychlosti bude oznámen.
- Poprvé, když nebude schopni odběhnout úsek tam a zpět v předepsaném čase, obdržíte varování. Při dalším varování je vám test ukončen.
- Vaše finální rychlost a počet přeběhů úseků na této úrovni je vám zaznamenáno jako skóre testu.
- Toto je test do maxima, na konci bude velmi vyčerpávající a je nezbytné se „zmáčknout“ pro zisk dobrého skóre.
- Snažte se a hodně štěstí!

- Spustit audioprotokol (telefon + reproduktor)
- Hodnotit překročení čáry chodidlem (startovní i obrátková čára)
- Hodnotit zastavení na startovní čáře
- Zaznamenat a sdělit udělení varování
- Zaznamenat finální rychlost a úsek do archu



Vybavení:

- Prostor o délce min 30 m
- Dostatečné množství kuželů)
- Čára nebo křída
- Pásmo
- Záznamové archy
- MP3 záznam protokolu
- Reproduktor
- Žluté karty pro varování

zdroj:
https://www.theyoyotest.com/yyir1.htm

Testovaná osoba: Finální skóre:

5.1							
9.1							
11.1	11.2						
12.1	12.2	12.3					
13.1	13.2	13.3	13.4				
14.1	14.2	14.3	14.4	14.5	14.6	14.7	14.8
15.1	15.2	15.3	15.4	15.5	15.6	15.7	15.8
16.1	16.2	16.3	16.4	16.5	16.6	16.7	16.8
17.1	17.2	17.3	17.4	17.5	17.6	17.7	17.8
18.1	18.2	18.3	18.4	18.5	18.6	18.7	18.8
19.1	19.2	19.3	19.4	19.5	19.6	19.7	19.8
20.1	20.2	20.3	20.4	20.5	20.6	20.7	20.8
21.1	21.2	21.3	21.4	21.5	21.6	21.7	21.8
22.1	22.2	22.3	22.4	22.5	22.6	22.7	22.8

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

23.1	23.2	23.3	23.4	23.5	23.6	23.7	23.8

Testovaná osoba: Finální skóre:

5.1							
9.1							
11.1	11.2						
12.1	12.2	12.3					
13.1	13.2	13.3	13.4				
14.1	14.2	14.3	14.4	14.5	14.6	14.7	14.8
15.1	15.2	15.3	15.4	15.5	15.6	15.7	15.8
16.1	16.2	16.3	16.4	16.5	16.6	16.7	16.8
17.1	17.2	17.3	17.4	17.5	17.6	17.7	17.8
18.1	18.2	18.3	18.4	18.5	18.6	18.7	18.8
19.1	19.2	19.3	19.4	19.5	19.6	19.7	19.8
20.1	20.2	20.3	20.4	20.5	20.6	20.7	20.8
21.1	21.2	21.3	21.4	21.5	21.6	21.7	21.8
22.1	22.2	22.3	22.4	22.5	22.6	22.7	22.8
23.1	23.2	23.3	23.4	23.5	23.6	23.7	23.8

SOMATICKÉ TESTY

1. **TĚLESNÁ VÝŠKA**

Zaměření: změření tělesné výšky šermíře bez sportovní obuvi

Materiál: pásmo, stěna, přístroj na měření výšky, protokol

Provedení: Šermíři je změřena výška s přesností na 1 cm v tělocvičně bez obuvi

2. **TĚLESNÁ HMOTNOST**

Zaměření: změření tělesná hmotnost ve spodním prádle nebo v triku a krátkých kalhotách

Materiál: váha, protokol.

Provedení: šermíři je změřena tělesná hmotnost s přesností na 1 kg

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

➢ Testovací baterie vytvořená doc. PhDr. Š. Balkem, Ph.D. (UJEP)

T-Test agility

Běh vpřed, úkroky stranou.

V tomto testu měříme schopnost rychle měnit směr.

Pomůcky: pásmo, mety, stopky

Příprava: Rozestavíme kužely podle nákresu.

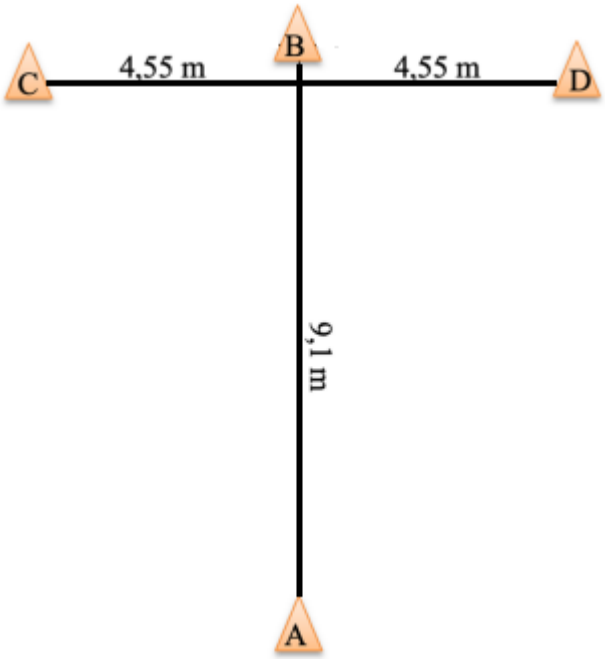
Průběh testu:

Testovaná osoba běží vpřed od kuželu A směrem ke kuželu B (viz obrázek 1), který je od něj vzdálen 9,1 metrů. Poté, co se ho dotkne pravou rukou, se co nejrychleji pohybuje stranou vlevo (úkroky do strany) směrem ke kuželu C, který je umístěn 4,55 metrů od středové osy. Po doteku kužele C levou rukou pokračuje pohybem stranou vpravo (úkroky do strany) směrem ke kuželu D, kde znovu provádí dotek rukou (pravou). Poté se pohybuje prostřednictvím úkroků do strany vlevo ke středu, kde se opět dotkne rukou (levou) kužele B, u kterého se otočí vpřed a běží ke kuželu A, kde test končí.

Počet pokusů: 2; první pokus na seznámení s testem, druhý pokus se měří

Důležité: před testem musí být realizováno rozcvičení. Test a retest provádět za totožných podmínek (povrch, oblečení, okolní teplota). Pohyb mezi kužely C a D probíhá bez překřížení nohou.

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz



Obrázek 1. T-test agility

Hodnocení:

Hodnocení	**Muži (s)**	**Ženy (s)**
Výborný	< 9,5	< 10,5
Dobrý	9,6-10,5	10,6-11,5
Průměrný	10,6-11,5	11,6-12,5
Slabší	> 11,5	> 12,5

Specifický člunkový test pro šerm 1

Posuny, odsuny

V tomto testu měříme rychlost pohybu šermíře mezi vyznačenými čarami.

Pomůcky: pásmo, páska pro vyznačení čar, stopky

Příprava: vyznačíme na podložce čáry podle nákresu v obrázku 2.

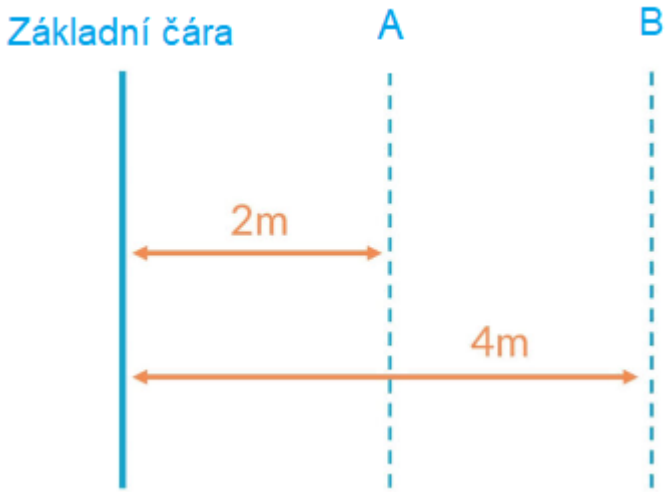
Průběh testu:

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

Testovaná osoba se ze střehu pohybuje ze základní čáry na pokyn trenéra prostřednictvím posunů k čáře A, které se musí dotknout přední nohou. Poté se prostřednictvím odsunů vrací k základní čáře, které se zadní nohou dotkne. Následně se prostřednictvím posunů snaží co nejrychleji dostat k čáře B, které se musí dotknout přední nohou. Od čáry B se odsuny dostane co nejrychleji k základní čáře, odkud se testovaná osoba snaží co nejrychleji dostat prostřednictvím posunů k čáře A, kterou se musí opět dotknout nohou. Následně se odsuny vrací na základní čáru. Test končí při překročení základní čáry testovanou osobou. Zaznamenává se celkový čas v sekundách.

Počet pokusů: 3; první pokus na seznámení s testem, druhý a třetí pokus se měří. Pauza mezi jednotlivými pokusy minimálně 5 minut. Posuzuje se lepší pokus. Celkem testovaná osoba překoná vzdálenost 16 metrů. Lze realizovat i se zbraní v ruce.

Důležité: před testem musí být realizováno rozcvičení. Test a retest provádět za totožných podmínek (povrch, oblečení, okolní teplota). Pohyb mezi čarami nesmí mít letovou fázi, kdy jsou obě nohy nad podložkou. Je nutné instruovat testovanou osobu, aby měla kyčle stále ve stejné úrovni.



Obrázek 2. Specifický člunkový test pro šerm

Hodnocení: Velmi dobré: pod 7 sec; průměrné okolo 8 sec; slabší nad 10 sec.

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

Specifický člunkový test pro šerm 2

Posuny, odsuny

V tomto testu měříme rychlost pohybu šermíře mezi vyznačenými čarami.

Pomůcky: pásmo, páska pro vyznačení čar, stopky

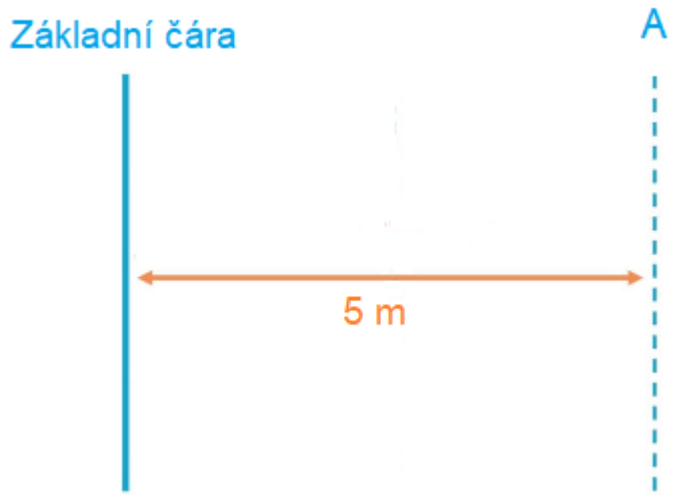
Příprava: vyznačíme na podložce čáry podle nákresu v obrázku 2.

Průběh testu:

Testovaná osoba se ze střehu pohybuje ze základní čáry na pokyn trenéra prostřednictvím posunů k čáře A, které se musí dotknout přední nohou. Poté se prostřednictvím odsunů vrací k základní čáře, které se zadní nohou dotkne. Toto se opakuje, dokud testovaná osoba nepřekoná celkově vymezený prostor 6x. Test končí při překročení základní čáry testovanou osobou. Zaznamenává se celkový čas v sekundách.

Počet pokusů: 3; první pokus na seznámení s testem, druhý a třetí pokus se měří. Pauza mezi jednotlivými pokusy minimálně 5 minut. Posuzuje se lepší pokus. Celkem testovaná osoba překoná vzdálenost 30 metrů. Lze realizovat i se zbraní v ruce.

Důležité: před testem musí být realizováno rozcvičení. Test a retest provádět za totožných podmínek (povrch, oblečení, okolní teplota). Pohyb mezi čarami nesmí mít letovou fázi, kdy jsou obě nohy nad podložkou. Je nutné instruovat testovanou osobu, aby měla kyčle stále ve stejné úrovni.



ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

Hodnocení: Velmi dobré: pod 12,5 sec, průměrné pod 12,5-14,0 sec, slabší nad 14 sec.

Opakované dřepy

V tomto testu měříme rychlostně silové schopnosti šermíře.

Pomůcky: nejsou potřeba, lze použít židle pro kontrolu správného provedení dřepu (nesmí dojít k sednutí)

Příprava: -

Průběh testu:

Testovaná osoba stojí s nohama rozkročenýma v šíři ramen. Následně provede dřep tak, aby byla stehna rovnoběžná s podložkou (úhel v kolenou 90 stupňů) a kolena v linii s chodidly. Toto se opakuje. Test se provádí do odmítnutí (maximální únavy). Zaznamenáváme počet dokončených dřepů.

Počet pokusů: 1. Lze realizovat s rukama vbok nebo předpažení.

Důležité: Je nutné instruovat testovanou osobu, aby se kyčle nedostaly pod úroveň kolen v průběhu provádění dřepů.

Hodnocení muži:

Hodnocení	**18-25**	**26-35**	**36-45**
Výborný	> 49	> 45	> 41
Dobrý	44-49	40-45	35-41
Nadprůměrný	39-43	35-39	30-34
Průměrný	35-38	31-34	27-29
Podprůměrný	31-34	29-30	23-26
Slabý	25-30	22-28	17-22

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

Hodnocení ženy

Hodnocení	**18-25**	**26-35**	**36-45**
Výborný	> 43	> 39	> 33
Dobrý	37-43	33-39	27-33
Nadprůměrný	33-36	29-32	23-26
Průměrný	29-32	25-28	19-22
Podprůměrný	25-28	21-24	15-18
Slabý	18-24	13-20	7-14

Tapping rukou

V tomto testu měříme rychlostní schopnosti šermíře.

Pomůcky: stůl, stopky, 2 kruhové desky (papír, pryž apod.) s průměrem 20 cm, čtvercová deska (papír, pryž apod.).

Příprava: Nastavit desku stolu do výšky tak, aby testovaná osoba mohla pohodlně realizovat test. Umístění desek na stůl.

Průběh testu:

Testovaná osoba stojí za stolem, na kterém jsou umístěny 2 kruhové desky ve vzdálenosti středů 60 cm jedna od druhé. Mezi kruhovými deskami je uprostřed umístěna čtvercová deska. Nedominantní ruku (ruka, ve které šermíři obvykle nedrží zbraň) položíme na čtvercovou desku uprostřed. Testovaná osoba se snaží co nejrychleji přesouvat ruku mezi oběma deskami nad rukou, která je stále v kontaktu s čtvercovou deskou na stole. Činnost se opakuje, dokud testovaná osoba nedosáhne počtu 25 cyklů (celkově 50 dotyků kruhových desek). Zaznamenává se čas v sekundách po dosažení 25 cyklů.

Ukázka:

https://www.bing.com/videos/riverview/relatedvideo?q=tapping+test&mid=2D85422FC8CDC165B2ED2D85422FC8CDC165B2ED&FORM=VIRE

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

Počet pokusů: 2-3. Hodnotí se nejlepší výkon.

Hodnocení:

Hodnocení muži (průměrné hodnoty jsou orientační):

Hodnocení	**Vynikající (sec)**	**Průměrný (sec)**	**Slabší (sec)**
16-17	> 12,5	7-12,5	< 7
17-18	> 12	7-12	< 7
18-19	> 11,5	6,5-11,5	< 6,5
19-20	> 11,5	6,5-11,5	< 6,5

Hodnocení ženy (průměrné hodnoty jsou orientační):

Hodnocení	**Vynikající (sec)**	**Průměrný (sec)**	**Slabší (sec)**
16-17	> 13,5	7-13,5	< 7
17-18	> 13,5	7-13,5	< 7
18-19	> 13	6,5-13	< 6,5
19-20	> 12,5	6,5-12,5	< 6,5

Skok do dálky z místa snožmo

Testem sledujeme výbušnou sílu dolních končetin.

Pomůcky: měřící pásmo

Průběh testu:

Testovaný stojí špičkami nohou těsně za čárou odrazu. Pomocí švihu paží a pokrčením kolen se odráží vpřed a snaží se doskočit co nejdále. Po doskoku zůstává testovaná osoba stát na místě dopadu, aby bylo možné změřit pokus. Měříme vzdálenost od odrazové čáry po nejbližší část nohy (pata) testované osoby.

Počet pokusů: 3, hodnotíme nejlepší pokus

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ
Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6
Czech Republic
E-mail: serm@volny.cz

Hodnocení pro věkovou kategorii od 6 do 20 let

Hodnocení	*Muži (cm)*	*Ženy (cm)*
Výborný	> 250	> 200
Velmi dobrý	241-250	191-200
Nadprůměrný	231-240	181-190
Průměrný	221-230	171-180
Podprůměrný	211-220	161-170
Slabý	191-210	141-160
Velmi slabý	< 191	< 141

g) zdravotní zajištění (fyzio, rehabilitace)

Potřeby lékařského zabezpečení, rehabilitace apod. řešily jednotlivé články péče o talentovanou mládež samostatně, v případě potřeby se do řešení zapojil také svaz. S výstupy pracovali osobní trenéři a hlavní trenéři center. V případě zranění, přetrvávající nemožnosti účasti na soutěžích nebo omezení tréninku je povinností hlavního trenéra centra informovat Český šermířský svaz a reprezentačního trenéra zbraně pro danou věkovou kategorii. Nebyly registrovány prohřešky proti tomuto postupu.

h) výběr zařazení dětí a mládeže do systému talentované mládeže svazu

V souladu s Koncepcí bylo pro rok 2025 zařazeno 118 sportovců. Mimo systém Koncepce bylo zařazeno 6 sportovců na návrh některého z trenérů.

Za správnost odpovídá:
O. Kubišta, předseda Českého šermířského svaz

Projednáno a schváleno VV ČŠS na veřejném zasedání v Praze dne 14. 2. 2026