

SMUČARSKA ZVEZA SLOVENIJE

Plan dela panoge tek na smučeh za sezono 2026 2027

Dokument		Podatek
Panoga		Tek na smučeh
Obdobje		April 2026 do april 2027
Namen		Potrditev glavnih športnih in organizacijskih usmeritev
Status		Predlog za obravnavo

- podrobni letni načrti ekip
- individualne trenažne usmeritve
- diagnostični protokoli
- višinski projekt

1 Izhodišče

Panoga teka na smučeh v sezoni 2026/2027 začneja nov razvojni cikel. Rezultati olimpijske sezone 2025/2026 na skupni ravni niso dosegli pričakovanj glede na zastavljene cilje in razvoj mednarodne konkurence. Posamezni športniki so napredovali, vendar je za večji rezultatski premik potreben bolj povezan sistem dela.

Glavna usmeritev sezone je boljše sodelovanje med reprezentančnimi ekipami, klubi in strokovnimi službami. Panoga bo okrepila spremljanje športnikov, razvoj domačega strokovnega kadra, servis, zdravstveno podporo ter povezovanje z Olimpijskim komitejem Slovenije in Nacionalnim olimpijskim inštitutom.

2 Prednostne naloge sezone

- izboljšati rezultate A ekipe na svetovnem prvenstvu in v svetovnem pokalu
- omogočiti kakovosten prehod športnikov iz U20 v U23 in iz U23 v člansko konkurenco
- povečati kontinuiteto treninga ter zmanjšati izpade zaradi bolezni in poškodb
- poenotiti ključna testiranja, poročanje in uporabo podatkov pri trenerskih odločitvah
- razvijati domače trenerje, serviserje in podporne strokovnjake
- izboljšati pogoje za trening, priprave in mednarodne nastope vseh reprezentančnih ravni

3 Tekmovalni in razvojni cilji

Program	Glavni cilj	Prioritetna tekmovanja
A ekipa	Dvig tekmovalne hitrosti in več konkurenčnih nastopov na najvišji ravni.	Svetovno prvenstvo Falun 2027, svetovni pokal in Tour de Ski.
U23	Dolgoročni razvoj in stabilen prehod v člansko konkurenco.	Svetovno prvenstvo U23 Otepää 2027, FESA pokal in državna prvenstva.
U20	Razvoj najboljših mladincev ter kakovostna priprava na glavne mednarodne nastope.	Mladinsko svetovno prvenstvo Otepää, EYOF v Romuniji, FESA pokal in FESA Games.
Mlajše selekcije	Razvoj tehnike, širjenje baze in povezovanje reprezentančnega ter klubskega okolja.	Domači izborni sistem, izbrane mednarodne tekme in razvojne akcije.

Rezultatske cilje dopolnjujejo procesni cilji: redna realizacija programa, napredek posameznika, zdravje, izboljšanje tehnike in uspešen prehod športnikov med starostnimi kategorijami.

4 Reprezentančni programi

Ekipa	Strokovno vodstvo	Športniki
A ekipa	Luka Gostinčar, glavni trener; Eva Sever Rus, pomočnica	Anja Mandeljc, Miha Šimenc, Miha Ličef, Vili Črv, Nejc Štern in Anže Gros.
U23	Rok Grilc	Bor Petrovič, Philip Yazbeck Lavrič Pregelj in Lucija Medja. Razširjeni program se dokončno uskladi z uradnimi sklepi.
U20	Anže Obreza	Tine Šporn, Zala Zupan, Ažbe Tičar, Jaka Berdajs, Tine Mesner, Mija Kastelec, Ula Kuhar in Meta Mozetič. Širši izbor se vključuje po kriterijih.

Reprezentance za sezono 2026/2027 so bile po poročilu za IO potrjene 12. maja 2026. Športnikom brez dosežene norme se lahko pod vnaprej določenimi pogoji omogoči samoplačniško sodelovanje v programu, kar ne pomeni avtomatičnega reprezentančnega statusa.

5 Program dela

Program temelji na celoletnem trenažnem procesu. Pripravljalno obdobje od maja do oktobra je namenjeno razvoju aerobne baze, moči, tehnike in tekmovalne hitrosti. November je namenjen prehodu na sneg in predtekmovalni pripravi, obdobje od decembra do marca pa tekmovanjem in doseganju glavnih vrhuncev.

Obdobje	Glavni poudarek
Maj do avgust	Aerobna baza, moč, postopno povečanje obsega in skupne priprave.
September in oktober	Specifična vadba, hitrost, tehnika, kontrolna tekmovanja in jesenska testiranja.
November	Prvi sneg, prenos tehnike na smuči in priprava na začetek tekmovanj.
December do marec	Svetovni pokal, FESA, MSP, SP U23, EYOF in FESA Games ter sprotne regeneracije.
April	Regeneracija, zdravstvena ocena in analiza sezone.

Obseg in vsebina treninga se prilagajata starosti, profilu, zdravstvenemu stanju in razvoju posameznika. Podrobne ciklizacije in individualne usmeritve potrjuje strokovni svet v ločenih načrtih ekip.

6 Strokovna podpora in sodelovanje

Panoga želi v sodelovanju z NOI in OKS postopno vzpostaviti celovitejšo podporo treningu. Prva faza je namenjena A ekipi in U23, nato se dobre prakse prilagodijo mladinskim programom in klubom.

Področje	Usmeritev
Medicina in fizioterapija	Preventivni pregledi, spremljanje zdravstvenih tveganj ter jasen povratek po bolezni ali poškodbi.
Diagnostika	Enotna laboratorijska in terenska testiranja, ki vodijo v konkretno odločitev trenerja.
Moč in preventiva	Individualni programi moči, zmanjševanje poškodb in boljši prenos moči v tehniko.

Prehrana in psihologija	Podpora energijski razpoložljivosti, regeneraciji, tekmovalnim rutinam in stabilnosti nastopa.
Razvoj kadrov	Izobraževanja, mentorstvo, medpanožno sodelovanje in prenos mednarodnih izkušenj.

7 Višinske priprave

Višinske priprave se načrtujejo kot strokovno voden projekt. Za A ekipo je predviden celovitejši model spremljanja, za U23 in U20 pa prilagojen model glede na razvojne potrebe in razpoložljiva sredstva. Program vključuje zdravstveno oceno pred kampom, spremljanje odziva med kampom in evalvacijo po povratku.

8 Servis logistika in infrastruktura

Nejc Brodar vodi servis na ravni svetovnega pokala in centralno koordinira material, sodelovanje z opremljevalci ter standarde dela. Na ravni svetovnega pokala je predvideno sodelovanje z reprezentanco ZDA. Sestava servisa za FESA in mladinska tekmovanja se dokončno potrdi pred tekmovalnim obdobjem.

Panoga bo nadaljevala razvoj servisne akademije, poletne strokovne delavnice in podporo domačemu servisnemu kadru. Med infrastrukturnimi prioritetami ostajajo dostop do rolkarskih prog, ustreznih prostorov za moč in testiranja, pogoji za vadbo na snegu ter usklajeni prevozi mladinskih ekip.

9 Spremljanje izvedbe

- trenerji spremljajo trening in zdravje športnikov dnevno ter poročajo tedensko in mesečno
- po pomembnih testiranjih in tekmovalnih blokih se pripravi kratek strokovni sklep
- reprezentančni in klubski trenerji pri mladinskih programih redno usklajujejo realizacijo in potrebne prilagoditve
- vodja panoge strokovnemu svetu in odboru poroča o realizaciji programa, rezultatih, zdravju, podpornih projektih in pomembnih odstopanjih

10 Finančne in organizacijske usmeritve

Izvedba programa bo prilagojena potrjenemu finančnemu načrtu panoge. Prednost imajo glavni tekmovalni vrhunci, kakovostna izvedba priprav, osnovna zdravstvena in diagnostična podpora ter servis. Dodatni projekti se izvajajo glede na zagotovljene vire, dogovore z NOI in OKS ter možnosti zunanjega financiranja.

Za večjo preglednost se za vsako večjo aktivnost določijo nosilec, rok, okvirni strošek in način poročanja. Morebitna odstopanja od potrjenega programa se pravočasno predstavijo pristojnim organom panoge.