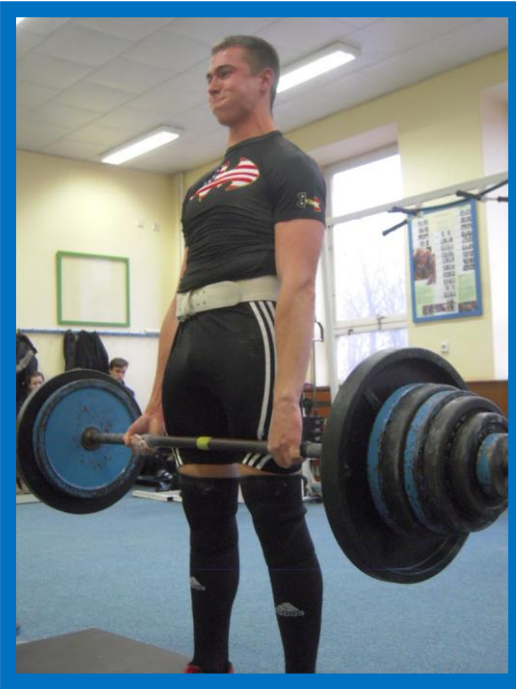


HODNOCENÍ PŘEBORU SPŠ V SILOVÝCH DISCIPLÍNÁCH

Každoročně v období prosince pořádáme přebor SPŠ v silových disciplínách.

První vypsanou soutěží byl powerlifting jednotlivců, který se skládá z benchpressu, dřepu a mrtvého tahu. Byla to žáky nejvíce obsazena disciplína. Své prvenství z loňského roku obhájil Jakub Barteček z 2. E a posunul tak školní rekord na 477 kg. Svůj nejlepší výkon předvedl v mrtvém tahu. Dokázal zvednout úctyhodných 205 kg. Tímto výkonem se vzdálil svým pronásledovatelům a upevnil si 1. místo v soutěži. Největšího zlepšení ve srovnání s loňským rokem (a to o 47 kg) docílil Matěj Lambert ze 4. D, který obsadil celkově 3. místo.



Druhou vypsanou soutěžní disciplínou byl benchpress - maximální výkon. Zde zvítězil podle papírových předpokladů Jiří Bláha z 2. D. Přestože za svým loňským maximem zůstal o 5 kg, jeho výkon 116 kg je pořád velmi solidní.



Třetí soutěž probíhala v benchpressu v rozdílence. Zde se hodnotí největší rozdíl v maximálním výkonu a osobní váze startujícího. Vítězen se stal Jakub Herda ze 4. A výkonem + 22,7 kg.



Poslední soutěží byla soutěž družstev v benchpressu. Průměrným výkonem 434 kg vyhrálo družstvo z 3. A, které nastoupilo ve složení Dalibor Vavrečka, Matěj Pupík, Daniel Vašina, Alexandr Síkora, Petr Zahradník a René Lazecký.

