

# Report pro předsednictvo:

## Aktuální stav veslařského Yarmilla

Platforma Yarmill („datový sklad a tréninkový deník“) představují jednotný informační systém pro řízení tréninkového procesu v rámci Českého veslařského svazu. Pro uživatele je dostupná skrze webové rozhraní, případně mobilní aplikaci – instance ČVS: [www.cvs.yarmil.com](http://www.cvs.yarmil.com). Nabízí centralizovanou databázi sportovců a jejich výsledků zahrnující tréninková i závodní data, testy, rozhovory, videa a mnoho dalších sportovních dat kvantitativního i kvalitativního charakteru. Integrace s dalšími zprostředkovateli dat, jako je Sportis a CASRI, zajišťuje dotváření celkového kontextu o závodníkovi. Žádoucí je zde shromáždit maximální možné množství informací, se kterými se dá následně pracovat. Systém podporuje nejen plánování a evidenci, ale také poskytuje analytické nástroje pro vyhodnocení výkonů a oponentury.

Platforma se skládá ze samostatných „dílů“ (tzv. modulů) které jsou zcela konfigurovatelné dle požadavků ČVS a společně tvoří funkcionalitu celé instance. Zahrnuje mimo jiné modul pro kondiční testování, a nástroje umělé inteligence pro sledování trendů a interpretaci dat. Rozpracovaných modulů máme momentálně více (viz časová osa v závěru dokumentu). Před zahájením napojení API Sportis/Casri/FISA/ISesport je nutné prověřit finanční požadavky od Yarmillů. Takto velké projekty nejsou součástí standardního režimu a ponese s sebou dodatečné náklady.

Na úvod je ještě důležité zmínit, že Yarmill pro nás zvládne připravit v zásadě cokoliv, ale požadavky musí vzejít ze strany ČVS (ÚT, šéftrenérů, trenérů, závodníků, metodiků). V tuto chvíli mám psané náměty pouze od dvou osob. Rozesílání dotazníku k vyplnění odpovědí bude probíhat průběžně, náměty přijímáme stále. Na email ohledně rozložení tréninkových zón v Yarmillu (začátek září) odpověděli pouze 3 trenéři (Synek, Mansfeld, Kacovský). Konzultace možností Yarmilla probíhá průběžně per huba. Fakticky tušíme co od Yarmilla chceme, ale potřebujeme to reálně dostat napsané, aby se na to nezapomnělo.

(Dotazník zde: <https://forms.gle/FES2DSY3EJBnD41E9>)

## Aktuálně spuštěné moduly:

- + **Plánovací modul „Plán“ a zobrazovací modul**
  - Forma kalendáře a popisných polí, možné plánovat TopDown: Rok-> Měsíc-> Týden-> Den, případně obráceně BottomUp
  - Plánování tréninku od obecných tréninkových ukazatelů po specifika jednotlivých období
  - Kvalitativní popisy – zadání tréninkových jednotek

Týden   Motiv   **Top-down**   Roční plán   2023 - 2024
Data uložena

**Mezocykly**

I. 25. 9. → Přípravné období

II. 23. 10. → Přípravné období

III. 20. 11. → Přípravné období

IV. 18. 12. → Před soutěžní období

V. 15. 1. → Soutěžní období

VI. 12. 2. → Soutěžní období

VII. 11. 3. → Přípravné období

VIII. 8. 4. → Přípravné období

**IX. 6. 5. → Soutěžní období**

X. 3. 6. →

XI. 1. 7. →

XII. 29. 7. →

XIII. 26. 8. →

**Mikrocykly (Týdny)**

33. 6. 5. → Specifická rychlost (sprint)

34. 13. 5. → Vytrvalost (přechodné mezi závody)

35. 20. 5. → Dynamika

36. 27. 5. → Rychlost

37. 3. 6. →

38. 10. 6. →

39. 17. 6. →

40. 24. 6. →

41. 1. 7. →

42. 8. 7. →

43. 15. 7. →

44. 22. 7. →

45. 29. 7. →

**Dny**

Po 6. 5. Rychlost (250m)

Út 7. 5. Simulovaný start dle závodu

St 8. 5. Májové sprinty města Pardubic, přebor města Pardubic

**Závody**

Čt 9. 5. -----

Pá 10. 5. | Ra

So 11. 5. 51. ročník MEZINÁRODNÍ BRNĚNSKÁ REGATA JUNIORŮ

Ne 12. 5. 51. ročník MEZINÁRODNÍ BRNĚNSKÁ REGATA JUNIORŮ

Po 13. 5.

Út 14. 5.

St 15. 5.

Čt 16. 5.

Týden   Motiv   Top-down   Roční plán
< 14. 10. - 20. 10. 2024 >
↓
Kopírovat plán

**Pondělí 14. 10. 2024**

motiv dne  
Vytrvalost a RHB

dopoledne I.  
Veslo 75'  
Úseky ~10', do VT1 (ZV1-2)

dopoledne II.

odpoledne I.  
Rozveslování do 5. min  
2', 4', 6', 8', 10, 8, 6', 4', 2'  
pyramida v nízké vytrvalostní intenzitě  
ft 18-24, jet bez budíků na pocit  
SF do 165

odpoledne II.

**Úterý 15. 10. 2024**

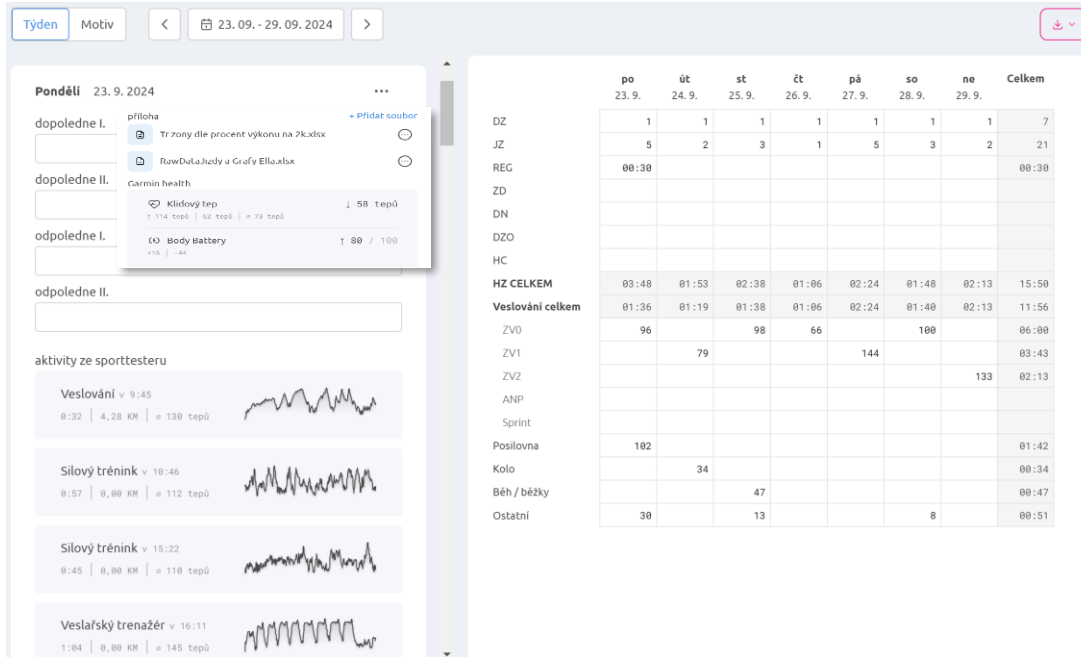
motiv dne  
Technika-dynamika

dopoledne I.  
Veslo

	po	út	st	čt	pá	so	ne	Celkem
	14. 10.	15. 10.	16. 10.	17. 10.	18. 10.	19. 10.	20. 10.	
DZ								
JZ								
REG								
ZD								
DN								
DZO								
HC								
<b>HZ CELKEM</b>	03:30	01:50	02:10	02:30	01:19	02:40		13:59
<b>Veslování celkem</b>	02:35	01:00	00:45		01:04			05:24
ZV0								
ZV1	75	30			44			02:29
ZV2	80	30						01:50
ANP					20			00:20
Sprint			45					00:45
Posilovna			60					01:00
Kolo				150				02:30
Běh / běžky		50			15			01:05
Ostatní	55		25			160		04:00

## Zobrazovací modul „Skutečnost“

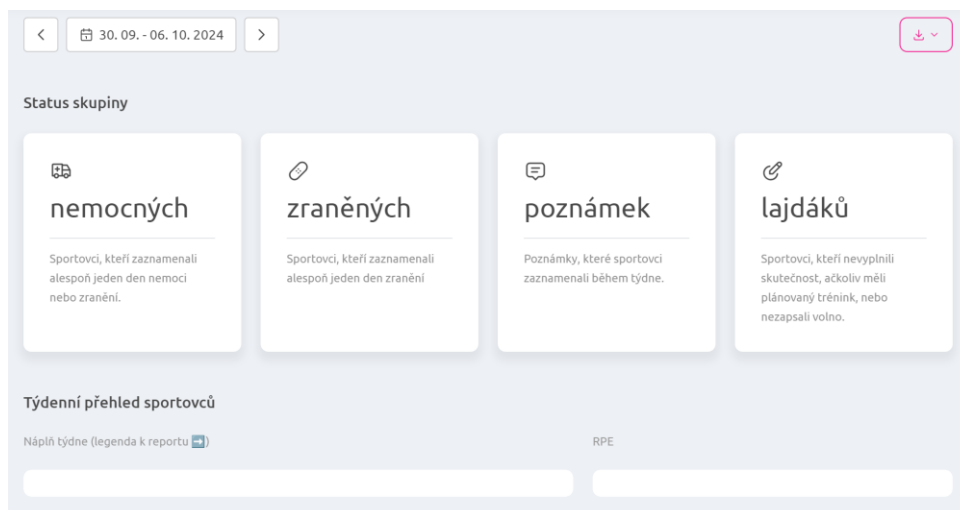
- Vypíňování skutečnosti dle vnímání závodníka, případně „šel jsem podle plánu“
- Importované tréninkové záznamy a health data z Garminu
- Nahrávání dalších souborů – ukládání do kartotéky



	po 23. 9.	út 24. 9.	st 25. 9.	čt 26. 9.	pá 27. 9.	so 28. 9.	ne 29. 9.	Celkem
DZ	1	1	1	1	1	1	1	7
JZ	5	2	3	1	5	3	2	21
REG	00:30							00:30
ZD								
DN								
DZO								
HC								
<b>HZ CELKEM</b>	03:48	01:53	02:38	01:06	02:24	01:48	02:13	15:50
<b>Veslování celkem</b>	01:36	01:19	01:38	01:06	02:24	01:48	02:13	11:56
ZV0	96		98	66		100		06:00
ZV1		79			144			03:43
ZV2							133	02:13
ANP								
Sprint								
Posilovna	102							01:42
Kolo		34						00:34
Běh / běžky			47					00:47
Ostatní	30		13			8		00:51

## Modul „Analytika“

- Momentálně přebrán ve 100% podobě tak jak byl vyvinut pro RSC Dukla, na úpravách se pracuje – nabízí týdenní přehled skupiny



**Status skupiny**

- nemocných**  
Sportovci, kteří zaznamenali alespoň jeden den nemoci nebo zranění.
- zraněných**  
Sportovci, kteří zaznamenali alespoň jeden den zranění
- poznámek**  
Poznámky, které sportovci zaznamenali během týdne.
- lajdáků**  
Sportovci, kteří nevyplnili skutečnost, ačkoliv měli plánovaný trénink, nebo nezapsali volno.

**Týdenní přehled sportovců**

Náplň týdne (legenda k reportu)

RPE

## Úložiště, modul „Soubory“

- Zobrazuje veškeré dostupné soubory s daty a informacem, které nejsou v granularní podobě v Yarmillovi. Jedná se o reporty, výsledky, zprávy, hodnocení, videa, a jiné...
- U tohoto modulu budeme v dohledné době spouštět zcela novou verzi, která bude umožňovat hromadné nahrávání souborů a štítkování (tzv. „tagy“). Toto se nám prakticky hodí například při souhrném nahrávání výsledků z testování výkonu na 2 a 4 mml laktátu stupňovaným protokolem, nebo při nahrání videa jízdy, na kterém jede vícero závodníků.

SCM 2024  
22 sportovců

Celá skupina

Boldišová Ella

Dohnalová Kateřina

Forejtová Markéta

Hošková Anna

Houska Martin

Hudec Benjamin

Kala Tomáš

Kolínek Lukáš

Král Antonín

Kubrychtová Eliška

Lasota Jan

Macháček Tadeáš

Muk Tadeáš

Novák Alex

Novotný František

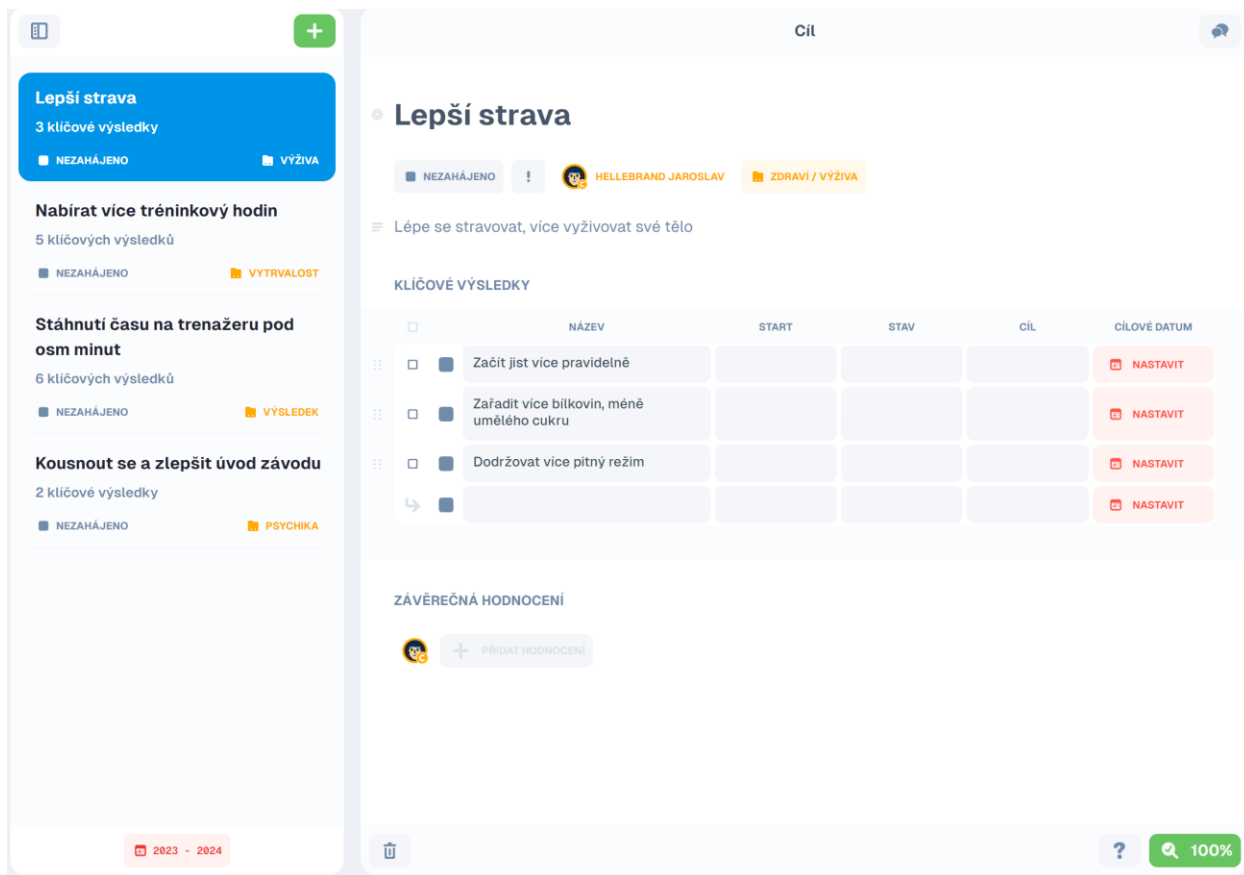
### Soubory • 9

Přehled všech souborů, které byly přidány jako přílohy k tréninkům  
2 videa • 0 obrázků • 7 ostatních

Typ	Název souboru	Tagy	Datum
D	Tr zony dle procent výkonu na 2k.xlsx	Skutečnost	30. 9. 2024
D	RawData.Jízdy a Grafy Ella.xlsx	Skutečnost	30. 9. 2024
D	noncox analýzka.pdf	Plán	22. 7. 2024
V	1x Ella Sprint.mp4	Skutečnost	30. 6. 2024
V	Ella.mp4	Skutečnost	29. 6. 2024
D	SeatRacesMSJ CAN 2024 jky.pdf	Plán	17. 6. 2024
D	SR RACICE JKY 2024.pdf	Skutečnost	28. 4. 2024
D	Souhrn výsledky LA protokol CASRI.xlsx	Skutečnost	13. 3. 2024
D	Individuální prahy KZÚK.pdf	Skutečnost	29. 1. 2024

## Modul „Cíle“

- modul pro plánování cílů a jejich dílčích kroků
- umožňuje podrobný rozpis cíle, výchozího stavu, reporting na progres a stav celého cíle/procesu, přiřazování supervizorů a evidenci výsledků, resp. Evidenci průběžného plnění až splnění



**Lepší strava**  
3 klíčové výsledky

NEZAHÁJENO VÝŽIVA

**Nabírat více tréninkových hodin**  
5 klíčových výsledků

NEZAHÁJENO VYTRVALOST

**Stáhnutí času na trenažeru pod osm minut**  
6 klíčových výsledků

NEZAHÁJENO VÝSLEDEK

**Kousnout se a zlepšit úvod závodu**  
2 klíčové výsledky

NEZAHÁJENO PSYCHIKA

**Cíl**

**Lepší strava**

NEZAHÁJENO ! HELLEBRAND JAROSLAV ZDRAVÍ / VÝŽIVA

Lépe se stravovat, více vyživovat své tělo

**KLÍČOVÉ VÝSLEDKY**

	NÁZEV	START	STAV	CÍL	CÍLOVÉ DATUM
<input type="checkbox"/>	Začít jíst více pravidelně				NASTAVIT
<input type="checkbox"/>	Zařadit více bílkovin, méně umělého cukru				NASTAVIT
<input type="checkbox"/>	Dodržovat více pitný režim				NASTAVIT
<input type="checkbox"/>					NASTAVIT

**ZÁVĚREČNÁ HODNOCENÍ**

HELLEBRAND JAROSLAV + PŘIDAT HODNOCENÍ









2023 - 2024

100%

## Modul „Výsledky“

- Zápis výsledků – modul převzat od RSC Dukla, na naší vlastní verzi se pracuje skrze napojení na databázi Sportis a výhledově na databázi FISA

Výsledky závodů Nový výsledek

Datum	Místo	Stát	Disciplína	Soutěž	Věková kategorie závodů	Věková kategorie sportovce	Výkon
29. 9. 2024	CZE Račice	Česko	čtyřka bez kormidelníka	Mistrovství ČR	Junioři	Junioři	06:57  
29. 9. 2024	CZE Račice	Česko	párová čtyřka	Mistrovství ČR	Junioři	Junioři	07:08  
27. 9. 2024	CZE Račice	Česko	skif	Mistrovství ČR	Junioři	Junioři	01:40  
2. 6. 2024	POL Kruzswica	Polsko	párová čtyřka	Mistrovství evropy juniorů	Junioři	Junioři	07:08  

## Plánovací modul „Termínovka“

- Umožňuje plánovat jak pro skupinu, tak pro jednotlivce. Rozepisuje různé akce/závod/závodní akce/soustředění/dovolená/...
- V instanci ČVS je importována naše termínovka – potřebujeme držet aktuální 😊

The screenshot displays the 'Termínovka' application interface. The main calendar view shows a grid for the year 2023-2024, with events marked by colored blocks. A sidebar on the left shows a list of events, and a 'Nová událost' (New Event) form is open on the right.

**Event List (Left Sidebar):**

- II. kolo Poháru ČR v jizdě na veslařském trenážeru (14. ledna 2024)
- II. kolo Poháru univerzit 2023-2024, Akademické MCR 2024 (21. ledna 2024)
- III. kolo Poháru ČR v jizdě na veslařském trenážeru (3. února 2024)
- MCR v jizdě na veslařském trenážeru (24. února 2024)
- 2024 European Rowing Indoor Championships (24. února 2024)
- 2024 World Rowing Indoor Championships (24. února 2024)
- III. kolo Poháru univerzit 2023-2024 (2. března 2024)
- Regata Internazionale Memorial "Paolo d'Alaja" (22. března 2024)
- Memoriál M. Šedy (23. března 2024)
- 23. Mistrovství ČR na dlouhé dráze s mezinárodní účastí (29. března 2024)
- Zagreb Croatia Open (6. dubna 2024)
- Rennerův memoriál - 106. ročník (6. dubna 2024)

**Calendar Grid (Main View):**

LED 24	ÚNO	BŘE	DUB	KVĚ	ČVN	ČVC	SRP
1	1	1	1	1	1	1	1
2	2	2	2	2	2	2	2
3	3	3	3	3	3	3	3
4	4	4	4	4 SO 4. - NE 5...	4	4	4
5	5	5	5	5	5	5	5
6	6	6	6	6	6	6	6
7	7	7	7	7	7	7	7
8	8	8	8	8 Májové ...	8	8	8
9	9	9	9	9	9	9	9
10	10 Testová...	10	10	10	10	10	10
11	11	11	11	11 SO 11. - NE 12...	11	11	11
12	12	12	12	12	12	12	12
13	13	13	13	13	13	13	13
14	14	14	14	14	14	14	14
15	15	15	15	15	15	15	15
16	16	16	16	16	16	16	16
17	17	17	17	17	17	17	17
18	18	18	18	18 SO 18. - NE 19...	18	18	18
19	19	19	19	19	19	19	19
20	20	20	20	20	20	20	20
21	21	21	21	21	21	21	21
22	22	22	22	22	22	22	22
23	23	23	23	23	23	23	23
24	24	24	24	24	24	24	24
25	25	25	25	25	25	25	25
26	26	26	26	26	26	26	26
27	27 Testová...	27	27	27	27	27	27
28	28	28	28	28	28	28	28
29	29	29	29	29	29	29	29
30	30	30	30	30	30	30	30
31	31	31	31	31	31	31	31

**Nová událost (Right Panel):**

- NÁZEV: Nova událost
- DOVOLENÁ: [ON]
- ZAČÁTEK: 26. 05. 2024
- KONEC: 28. 05. 2024
- MÍSTO: PŘÍDEJ MÍSTO
- ATRIBUTY: PŘÍDEJ ATRIBUTY
- ÚČASTNÍCI: TEST SKUPINA (VŠICHNI)
- POZNÁMKY: PŘÍDEJ POZNÁMKU
- VYTVOŘIT UDÁLOST

## Databázový modul „Kartotéka“

- Umožňuje přístup k informacím jako kontaktní informace, informace o závodníkovi, platnost zdravotní prohlídky, velikosti oblečení, platnosti cestovních dokladů atd
- Yarmill v tomto případě není primárním správcem těchto informací, výhledově by jich zde mělo být naprosté minimum – přesune se do svazového IS

## Co se už stalo a co nás čeká?

Květen 2024

- Vytvoření pilotní instance (~10sportovců)
- **Propojení a integrace s Garminem**
- Dotažení historických Garmin dat
- **Analýza možností integrace Concept2 (Logbook a další databáze)**
- Iniciační schůzka a dohoda CASRI
- Analýza aktuálního stavu dat na CASRI (uložení dat napříč systémy)
- Iniciační schůzka a dohoda SPORTIS
- Příprava metodiky modul cíle
- **Spuštění modulu Cíle**
- **Spuštění Yarmilla pro skupinu MSJ Kanada a jejich osobní trenéry**
- **Spuštění Yarmilla pro klubové trenéry a jejich skupiny**
- Iniciační schůzka ke sjednocení instancí Dukla a ČVS
- Iniciační schůzka k napojení a integraci dat z telemetrie Powerline
- Schůzka s prezentace možností komisi sportovců
- **Spuštění Yarmilla pro SCM 2024**
- **Spuštění Yarmilla pro Olymp**

Říjen 2024

(DNES)

- **Sjednocení instancí Dukla a ČVS**
- **Spuštění modulu Termínovka – import svazové termínovky**
  
- Spuštění nové verze modulu Soubory (tagy + hromadný upload)
- Spuštění modulu Testy – testování SCM/Repre/VSCM/...
- Úprava rozložení tréninkových zón a logiky pravé strany modulu skutečnost a plán
- Výsledková historie Ergoregaty
- Spuštění modulu Analytika ve verzi 1.0 na veslařská data
- Podpis smlouvy o spolupráci Yarmill X ČVS X CASRI
- Nastavení API CASRI
- Podpis smlouvy o spolupráci Yarmill X ČVS X SPORTIS
- Nastavení API SPORTIS
- Výsledková historie SPORTIS
- Integrace FISA - zahajení jednání, analýza možností
- Mapování tréninkových záznamů do pravé strany
- **AI asistent – modul Yolanda**
- Přepis dat z Garmin do pravé strany

## Aktuálně evidované podněty

Kdo formulář vyplnil?

E-mail

josef.luks@gmail.com

tsisma2000@gmail.com

Co bys rád v yarmillovi viděl/měl? (klidně to mohou být věci o kterých jsme dnes na schůzce mluvili - pomůže nám to lépe prioritizovat)

2 odpovědi

metriky, TSS, CTL, ....

Automatické vložení některých tréninkových ukazatelů. Jsem 120min na kole, tak by usnadnilo práci kdyby, když to mám spojené se svým garmin účtem, časový údaj rovnou vzal yarmil do tabulky sám.

Další by bylo fajn kdyby se hodnoty v buňce sčítaly buď pomocí symbolu + nebo oddělené ; ..mám dvě fáze na vodě a pokud by nešlo udělat aby se zóny braly také automaticky z dat....tak abych mohl zapsat dvě hodnoty ze dvou fází do buňky, kde by se to pak sečtlo, jak excel