

II. Reprezentačné sústredenie LT 29er

Lokalita Černá v Pošumaví - Lipno

Tréner Matej Brestovský

Termín 24.-27.8.2020

Číslo	Meno a Priezvisko	Lodná trieda
1	Oliver Lichvár	29er
2	Viktor Mika	29er
3	Oliver Krivosudský	29er
4	Ladislav Stolárik	29er
5	Barbora Kocanová	29er
6	Barbora Bartánusová	29er

Zhodnotenie sústredenia:

Koncom Augusta sme sa zúčastnili s pretekármi LT 29er II. reprezentačného sústredenia spoločne s českou reprezentáciou na Lipne (Černá v Pošumaví). Sústredenie bolo zabezpečené v spolupráci s Davidom Křížkom.

Na sústredení sme pokračovali v tréningu jazdy na kurzy, s cieľom jazdy s vyváženou loďou. Ďalej sme sa sústredili na techniku obrátov a hálz. Je vidieť, že všetky 3 slovenské tímy spravili veľký pokrok vo vedení lode na kurzy a v obratoch. Oliver L. s Viktorom majú dobre zvládnutú loď pri jazde na kurzy avšak je potrebné, aby sa začali sústrediť viac na precítenie lode, tak aby jazdili kurzy s v maximálnej rýchlosti. Dievčenská posádka má taktiež zvládnutú loď pri jazdy na kury a v obratoch. U nich je potrebné zdokonaľiť techniku jazdy v silnom vetre a súčasne sústrediť pozornosť na hľadanie optima medzi rýchlosťou a ostrosťou lode. Oliver K. s Láďom urobili od posledného sústredenia veľký pokrok vo vyvážení lode, prácu s trapézom a taktiež zvládli jazdu s loďou tak aby dosahovala maximálnu rýchlosť hlavne na stúpavých kurzoch. Zadobočné kurzy majú tendenciu jazdiť zbytočne ostro hlavne v slabších veterných podmienkach (podobný problém majú aj chalani Oliver L. a Viktor). Chalani začínajú zvládať aj jazdu v silnom vetre.

Počas sústredenia sme absolvovali aj kontrolné preteky. Tu sa ukázalo, že všetky posádky majú absenciu pretekov. Ich koncentrácia je viac zameraná na jazdu s loďou a menej na sledovanie súperov, vetra, prípravu taktiky a stratégie. Toto sa práve ukázalo ako kľúčové pri udržaní vybojovanej pozície. Všetky tri posádky dobre zvládli štartovú procedúru. Dokonca obe chlapčenské posádky začali taktizovať a bojovať o najlepšie pozície. Oliver L. s Viktorom zvládli túto časť najlepšie. Väčšinu štartov si hľadali vhodnú pozíciu na štart, následne zosúvali a trpezlivo čakali na správny moment pre rozbeh lode a akceleráciu, tak aby prešli štartovú čiaru v momente štartu. Oliver K. s Láďom sa snažili o rovnaký postup avšak nie vždy boli úspešní. Chýba im ešte technika pri manévrovaní z loďou v poli pretekárov a správne načasovanie akcelerácie. Dievčatá boli trochu zaskočené počtom lodí na štarte a preto bojovali zo strachom ísť na štartovú čiaru bojovať o vhodné miesto na štart. Súčasne bolo pre nich problematické správne načasovaná a technicky dobre zvládnutá akcelerácia na štarte. Prevažnú väčšinu štartov skončilo ich zakritím ostatnými loďami. Som rád, že sa podarilo vylepšiť taktiku úniku na čistý vietor po nevydarenom štarte.

Zhodnotenie posádok:

Oliver L. s Viktorom veľmi pokročili v technike jazdy na kurzy a obratoch. Tak isto zlepšili techniku na štarte. Je potrebné sa ďalej sústrediť na zlepšenie akcelerácie na štarte, hľadať rovnováhu medzi súpavosťou a rýchlosťou lode, čo je spojené s vhodným trimom plachiet a riadením lode. Ďalej je potrebné sa zamerať na kontrolu súperov (poľa) a okolitých podmienok ako je sledovanie zmien vetra, vlny, výhodnosť strán, správne časovanie obrátov a hálz spojené so stratégiou a taktikou.

Barbora s Barborou ☺ sa posunuli pri manévroch a práci s kormidlom. Musím ich pochváliť za ich sústredenie sa pri hľadaní rovnováhy medzi súpavosťou a rýchlosťou lode. Medzi ich najväčšie slabiny aktuálne patrí prehnaný rešpekt počas štartovej procedúry, akcelerácia po štarte a hľadanie optimálnej pozície na štart.

Oliver K. s Láďom (alias Maďari ☺) spravili veľký pokrok pri jazde na kurzy hlavne čo sa týka vyváženia lode. Je potrebné popracovať na práci s kormidlom pretože dochádza k zbytočnému brzdeniu lode v manévroch veľkým výkyvom kormidla. Predštartovú procedúru a únik na čistý vietor po nevydarenom štarte začínajú zvládať dobre. Tak ako druhá chlapčenská posádka musia zapracovať na sledovaní súperov a okolitých podmienok, tak aby udržali vybojovanú pozíciu.

Na zaver by som chcel pochváliť niektorých jednotlivcov, ktorý od minulého sústredenia spravili obrovský pokrok. Láďo odložil strach z rýchlosti pri jazde v trapéze a začal intenzívne s ním pracovať čo sa prejavilo na veľmi dobrom vyvážení lode pri jazde na kurzy. Barbora B. (alias Dori) výrazne zlepšila svoj časový management čo významne prispelo k odbúraniu stresu pred vyplávaním.

Celkovo hodnotím sústredenie pozitívne, pretože okrem zlepšení v technike sa pretekári zlepšili aj v samostatnosti pri príprave lodí na vodu. Vysoko oceňujem samostatnosť pri balení a rozbaľovaní lodí. ako veľký prínos, pretože pretekári aj tréner mali možnosť veľa odpozerieť od lepších posádok.

Meteo podmienky:

Deň:	24.-27.8.2020
Oblačnosť:	Slniečno, polooblačno
Teplota:	22-28°C
Vietor:	4-15 m/s (pulzujúci s tendenciou zmeny smeru), (26.8. bol extrémny vietor 12-15 m/s v nárazoch do 20 m/s)

V Bobrovci 1.9.2020

Matej Brestovský