

REPREZENTAČNÉ SÚSTREDENIE

LOKALITA	Námestovo, Orava
PORADOVÉ ČÍSLO SÚSTREDENIA	IV. / ČTK 206
TRÉNER	Mgr. Jakub Kaňuk
TERMÍN	01-03.08. 2014

ÚČASTNÍCI

Č.	MENO A PRIEZVISKO	LODNÁ TRIEDA
1.	Karolína Beránková	Q
2.	Nikola Kecskéssová	Q
3.	Soňa Benčeková	Q
4.	Samuel Sopúch	Q
5.	Jakub Oršula	Q
6.	Alexander Miškov	Q
7.	Jana Melišová	Q
8.	Viktor Mika	Q
9.	Daniel Hollý	Q
10.	Michaela Pačinová	Q
11.	Peter Jáš	Q
12.	Oliver Brestovský	Q

1.DEŇ – 01.08. 2014

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

10:00 – začiatok sústreďenia, postavenie lodí, registrácia na pretek Interpohára, príprava na vyplávanie, oboznámenie s traťou, taktika, nastavenie lodí v slabom vetre;

11:00 – 16:00 – PRETEK INTERPOHÁRA: coachovanie 4 rozjazd

16:00 – 18:00 – Prestávka

18:00 – 19:00 – Teória, diskusia, zhodnotenie a pokyny na ďalší deň

2.DEŇ – 02.08. 2014

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

08:00 – ROZCVIČKA, postavenie lodí, príprava na vyplávanie v asistencií praxujúcich trénerov Karola Beránka a Michaely Lehotovej.

10:00 – 16:00 – Rozjazdenie a PRETEK INTERPOHÁRA: po zrušenej rozjazde, čakanie na vietor a bláznenie sa za motorovým člnom, kúpanie,...

17:00 – Teória stratégie a záver

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

- 08:00 – ROZCVIČKA, postavenie lodí, príprava na vyplávanie
10:00 – 14:00 – Rozjazdenie a PRETEK INTERPOHÁRA: odjazdenie 1 rozjazdy a bláznenie sa za motorovým člnom, kúpanie, balenie lodí...
15:00 – Zhodnotenie, Záverečný ceremoniál s vyhlásením výsledkov a záver
-

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

Na Orave sa uskutočnil v termíne 01-03.08.2014, ďalší ročník obľúbeného preteku Interpohára! Tento rok bol žiaľ ukrátený o jazdcov z Poľska. Zúčastnilo sa ho 30 našich a Českých posádok v triedach Optimist, Laser a Europa. Pre najpočetnejšiu triedu Optimist sa v priebehu preteku konalo sústredenie, ktoré bolo zároveň praktickou časťou pre trénerov 2.triedy: Karola Beránka a Michaelu Lehotovú.

Na pretekoch sa ukázalo kto sa ako intenzívne venuje príprave a práve na tom stroškotalo niekoľko našich pretekárov, ktorí nepredviedli žiadne jachtárske majstrovstvo aj napriek tomu, že by mali byť momentálne na vrchole svojich Opt'áckych výkonov.

Rád by som však pochválil pretekárov z Liptovskej Mary, ktorí sú disciplinovaní a robia veľké pokroky. Dúfam, že bol pre tých, ktorí sa dostatočne nesnažili pretek ponaučením a začnú na sebe dvojnásobne pracovať!

Výsledky pretekov si môžete pozrieť tu:

<http://sailing.sk/listina.php?CTK=206&Rok=2014&format=printer>

TRÉNER: Jakub Kaňuk