

SLOVENSKÁ ASOCIÁCIA WINDSURFINGU

SPRÁVA o výsledku športového výjazdu

Predkladá: Patrik POLLÁK – tréner ID 57

Názov: Reprezentačné sústredenie Cadiz II. 2020

Krajina, miesto: Puerto de St. Maria, Cadiz, Španielsko

Termín: 19.2.-23.2.2020

Prílohy: Prezenčná listina

Reprezentačného sústredenia sa zúčastnili Jakub Pribylka, Matej Štefaničiak a Ondrej Szitas a Leo Slosiar. Jednalo sa o druhé sústredenie v priebehu zimy na rovnakom mieste. V závere sústredenia, ktoré bude pokračovať po úvodných dňoch pod dozorom českého reprezentačného trénera mládeže Karla Lavického sa všetci zúčastnia preteku Andalusian Olympic week na rovnakom mieste.

V úvode sústredenia nám priali poveternostné podmienky. Príjemné letné teploty a vietor o sile do 20 uzlov nám konečne umožnil potréňovať jazdu v sklze. Všetci si mali možnosť vyskúšať jazdu proti vetru bez plutvy aj s plutvou. Ondro a Matej si vyskúšali aj väčšie vlny mimo prístavných múrov, Jakub a Leo, ktorý len pár dní pred odletom odložil sadru sa zoznamovali so silnejším vetrom len v rámci prístavu. Prípravu sme mimo individuálnej rozcvičky zúžili na poväčšine jeden dlhší tréning na vode s cieľom simulovať podmienky, resp. záťaž, ktoré budú musieť pretekári zvládať počas samotných pretekov. V silnom vetre sme sa na úvod sezóny nekoncentrovali toľko na manévry, skôr sa snažili vyjazdiť na jednotlivých kurzoch a hľadať správnu pozíciu na plaváku.

ZHODNOTENIE: V úvode sústredenia sme mali 4 veterné dni, ktoré umožnili konečne pilovať jazdu v silnom vetre. V sobotu sme sa tiež zúčastnili klubových pretekov Puerto Sherry na rozjazdenie pred Andalusian Olympic week, ktorý bude záverom zimného dvojbloku sústredení v južnom Španielsku. Posúvame sa ďalej, je načas porovnať si výkonnosť so zahraničnými pretekármi.

Košice 26.2.2020

Patrik POLLÁK