

SLOVENSKÁ ASOCIÁCIA WINDSURFINGU

S P R Á V A o výsledku športového výjazdu

Predkladá: Patrik POLLÁK – tréner ID 57

Názov: Reprezenačné sústredenie Domaša II. 2024

Krajina, miesto: Slovensko, Surfclub Domaša

Termín: 29.6.-14.7.2024

Prílohy: Prezenčná listina

Prázdninové sústredenie na Domaši bolo jednak prípravou na MS Techno293 na Balatone ako aj tréningom pre pretekárov vo foilových aj plutvových triedach. Vzhľadom na to, že počas sezóny sa zatiaľ neuskutočnili žiadne preteky v triede Techno293 na Slovensku a SAW nemá finančné zdroje na podporu pretekárov pri účasti na zahraničných pretekoch bolo spoločné tréningovanie pretekárov na Domaši jedinou možnosťou prípravy pred MS 2024. Niektorí pretekári vzhľadom na svoje ďalšie jachtárske a iné povinnosti neboli na sústreďení počas celého jeho trvania. Asistentom na sústreďení bol Marcel Heško ktorý si zvyšoval svoju trénerskú kvalifikáciu v súvislosti s foilovými triedami a v prípade tréningovania v oddelených skupinách dohliadal na tréning. Potenciálni účastníci MS Techno293 Karolína, Matej, Jakub, Leo, Guillermo a Zuzana sa sústredili na tréning na plavákoch Techno293. Dolad'ovanie nového materiálu, resp. výstroja, ku ktorému sa vracali po dlhšej prestávke, vyplňalo tréningové aktivity na vode. V prípade nevhodných poveternostných podmienok sme štandardný denný rozvrh s rozvíčkou a dvoma tréningovými jednotkami na vode alternovali s tenisom pri hoteli Zátoka a „tow in“ aktivitami na surfoch a foiloch za motorákom. Podľa poveternostných podmienok sme trénovali trim a jazdu na kurze, ale aj simulované krátke rozjazdy s tréningom štartov, ktoré robia najväčšie problémy najmä dievčatám, pretože na rozdiel od chlapcov majú minimum skúsenosti s pretekaním vo väčšom štartovom poli.

ZHODNOTENIE: Dlhší tréningový tábor mal výhodu v tom, že počas jeho trvania sme využili viacero veterných tréningových dní, kedy sme trénovali nielen na Techno a Raceboard ale mali sme možnosť jazdiť aj na foilových plavákoch. Bola jediná možnosť na spoločný tréning pred majstrovstvami. Bezveterné dni sme tréningový proces doplnili prvými pokusmi surfingu a surf foilingu za motorákom ako aj prvými pokusmi „pump foilingu“. V závere sústreďenia bolo náročné udržať tréningové nasadenie vzhľadom na jeho dlhšie trvanie a fakt, že teploty na Domaši sa pohybovali okolo 35stupňov. Pretekári ale pred účasťou na MS 2024 Techno 2024 v Balatonfoldvari v Maďarsku budú mať ešte dostatočný čas na regeneráciu pred ich začiatkom.



Košice 19.7.2024

Patrik POLLÁK