

SLOVENSKÁ ASOCIÁCIA WINDSURFINGU

SPRÁVA o výsledku športového výjazdu

Predkladá: Patrik POLLÁK – tréner ID 57

Názov: Trofeo S.A.R. Princesa Sofía

Krajina, miesto: Palma de Mallorca, Španielsko

Termín: 25.3. - 2.4.2016

Kvalifikačného preteku na OH 2016 v Riu sme za zúčastnili po zimnej príprave v Cadize. Zámerom bolo prvýkrát sa porovnať so svetovou špičkou. Pre Bohdana prvý veľký pretek v konkurencii najlepších windsurfistov na svete. V priebehu preteku fúkal poväčšinou vietor od mora, ktorý so sebou prinášal relatívne veľké vlny. Pre suchozemcov najnáročnejšie podmienky. Našťastie po tréningu v Cadize to pre nás nebolo nič nové. Novinkou bola možnosť porovnať si rýchlosť a výkonnosť s tými najlepšími na svete. Nedopadla dobre, ale po 2 mesačnom tréningu na olympijskom plaváku bolo naivné očakávať niečo iné. V slabom vetre má najmä pri stúpaní proti vetru Bohdan kontakt s pretekárskym poľom a porovnateľnú rýchlosť so spodnou polovicou štartového poľa. Hlavným problémom zostávajú sklzové podmienky, v ktorých zatiaľ nemá potrebnú rýchlosť na kurzoch proti ani po vetre. Pre jej získanie treba okrem dostatočného množstva tréningových hodín v porovnaní s najlepšími, rátať sa skôr na roky ako mesiace, nutné doladiť materiál bohužiaľ, rátať sa na desiatky tisíc eur skôr než na tisíce. Najväčšími technickými problémami v silnejšom vetre sú udržanie kontroly nad plavákom a správne nastavenie pozície sťažna, resp. trimovanie pre jednotlivé podmienky vln a vetra. Jazda za vyťahovacie lano je pre pretekárov s nižším vzrastom nevyhnutnosťou pre dosiahnutie potrebnej rýchlosti a jej tréning a jej zvládnutie aj vo vlnách je nevyhnutnosťou pre výkonnostný postup dopredu. Na kurzoch po vetre je nevyhnutné využívať lepšie surfovanie po vlnách a zlepšiť tým uhol plachtienia smerom po vetre. Asi najvýraznejší posun vpred sa podaril Bohdanovi pri štartoch. Aj keď aj tie ostatné ťažko nazvať ideálnymi, postupne si hľadá svoje miesto na štartovej čiare. Začína mať lepšiu odhad času a vzdialenosti k čiare pri jednotlivých štartoch.

ZHODNOTENIE: Prvé veľké preteky európskeho pohára ukázali, že pred Bohdanom je ešte veľa práce. Pozitívne je, že po 2 mesačnom tréningu dokázal ukončiť všetky rozjazdy v rôznych poveternostných podmienkach a neskončil

na poslednom mieste celkovo. Fakt, že niektoré rozjazdy nedokončil v časovom limite 10 min po dojazde prvého pretekára je síce krutý, ale odráža vysokú výkonnosť tých najlepších na svete. (Pre ilustráciu rozdiel medzi prvým a 8-ym v medailovej rozjazde bol celý zad'ák). Pre ďalší výkonnostný postup je nutné systematicky pracovať na tréningoch a zúčastňovať sa ďalších pretekov na získavanie skúseností a šance porovnávať sa s inými pretekármi. Je nutné doladiť a obnoviť materiál, ale hlavne absolvovať dostatok tréningových hodín na vode, najlepšie s čo najväčším počtom tréningových partnerov, čo vzhľadom na neexistujúcich pretekárov v OH triede na Slovensku, bude možné len v zahraničí.

Košice 8.4.2016

Patrik POLLÁK