

SLOVENSKÁ ASOCIÁCIA WINDSURFINGU

S P R Á V A o výsledku športového výjazdu

Predkladá: Patrik POLLÁK – tréner ID 57

Názov: Reprezentačné sústredenie Cadiz 2019

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

Termín: 15.10.-5.11.2019

Prílohy: Prezenčná listina, Výsledková listina MS Techno 293

Reprezentačného sústredenia sa zúčastnili Jakub Pribylka, Matej Štefaničiak, Leo Slosiar a Ondrej Szitasz. Po úspešnom sústredení na Domaši to bola pre skupinu, ktorá len tento rok prestúpila z triedy Optimist, prvá vážna konfrontácia s morom a širšou medzinárodnou konkurenciou. Hlavným zameraním bolo zoznámiť sa s podmienkami na mori resp. v tomto prípade oceánu a preniesť techniku natrénovanú na relatívne rovnej vode na jazerách do zložitejších podmienok na mori. V úvode sústredenia sme sa sústredili len na samostatnú jazdu na kurze, ku ktorej sme postupne pridávali aj základné manévry. V priebehu sústredenia a s narastajúcim počtom trénujúcich tímov sme sa potom hlavne v druhom tréningu dňa na vode zúčastnili väčšieho množstva tréningových rozjazdov v rôznych podmienkach. U jednotlivých pretekárov bolo odlišujúcim faktorom výkonnosti najmä množstvo tréningových hodín odjazdených na windsurfe (nielen plaváku Bic techno). Zatiaľ čo Ondrej nemal vážnejšie problémy ani v prípade výraznejších vln v porovnaní s vetrom, ostatným, najmä Jakubovi spôsobovali tieto podmienky značné problémy. Rozdiely sú ale pochopiteľné vzhľadom na krátku skúsenosť s windsurfsingom a absentujúcu skúsenosť s veľkými vlnami. Všetci ale nestrácali bojovnosť a chuť posúvať sa ďalej aj keď mali krízové momenty. Najmä Leo potrebuje prekonať strach z nepoznaného a veriť plachte a svojim schopnostiam natoľko, aby sa dokázal do nej zavesiť nielen ju držať.

Pre účasť na MS Techno 2019 na rovnakom mieste sa nakoniec rozhodol len Matej Štefaničiak. Aj preto sme v závere sústredenia ktoré bolo pre všetkých dosť fyzicky náročné viac oddychovali, sústredili sa opäť na úpravy a opravy materiálu, resp. jeho vhodné nastavenie, meniace sa s technikou jazdy jednotlivých pretekárov. V úvodné dni bojoval Matej najmä s neskúsenosťou pri štartoch a väčšiu časť svojej straty nabral väčšinou v úvodných fázach rozjazdov. Rýchlosť na kurzoch najmä proti vetru nie je vzhľadom na jeho relatívne malú skúsenosť vôbec zlá. Dá sa mu dobre využívať svoje fyzické predpoklady, je si vedomý taktických chýb, ktorých sa dopúšťa, z ktorých mnohé sú vyvolané buď slabším štartom, alebo slabšou technikou keď musí unikáť vzniknutým situáciám aj za cenu viacerých obrátov a zmeny krídla. Vzhľadom na silný prúd počas niektorých rozjazdov, ale najmä vďaka nevyjazdenosti mal občas problémy s triafaním „lay line“-om na hornú bójku. V priebehu pretekov sa priebežne zlepšoval, výnimka boli rozjazdy, kde kvôli vlnám nezvládol zaďáky, resp. spodnú bójku, kde sa vykúpil častejšie než by to bolo vhodné.

ZHODNOTENIE: Celá skupina zaznamenala v priebehu sústredenia výkonnostný posun. Náročné podmienky na mori najmä stabilita na vlnách a ich využívanie robili a naďalej robia všetkým zúčastneným problémy. Zladiť techniku jazdy, pumpovania aj využívanie vln je však úloha vyžadujúca si niekoľkoročné tréningovanie vo vhodných podmienkach. Počasie v priebehu sústredenia nám prišlo natoľko, že sme dokázali efektívne využiť čas strávený v Puerto Sherry a mnohé dni odjazdili mimo krátkej rozcvičky aj dve tréningové jednotky na vode. Pozitívna nálada v tréningovej skupine, radosť z jazdenia kladne ovplyvnila tréningy a je prísľubom do budúcnosti na ďalší výkonnostný rast. Myslím že nielen pre Mateja, ale pre všetkých to bola dobrá skúsenosť v širšom pretekárskom poli v ozajstných windsurfových podmienkach s vetrom, ale aj vlnami.

Košice 7.11.2019

Patrik POLLÁK