

SLOVENSKÁ ASOCIÁCIA WINDSURFINGU

SPRÁVA o výsledku športového výjazdu

Predkladá: Patrik POLLÁK – tréner ID 57

Názov: Reprezentačné sústredenie Domaša I. 2022

Krajina, miesto: Slovensko, Surfclub Domaša

Termín: 30.4.-8.5.2022

Prílohy: Prezenčná listina

Sústredenie pre Mateja, Lea, Ondreja, Peťa a Jakuba nadväzovalo na začiatok sezóny, ktorý sme absolvovali v Cagliari a bolo špeciálnou prípravou na MS Raceboard, ktoré budú koncom mája. Pre Sofiu a Riša to bolo prvé sústredenie sezóny s cieľom rozjazdiť sa. Niektorí ďalší juniori, ktorí mali v pláne zúčastniť sa nedostali vzhľadom na resty v škole povolenie od rodičov zúčastniť sa sústredenia, ale verím, že nedostatky v škole vyriešia čo najskôr, aby sme mohli už v priebehu ďalších týždňov trénovať spolu vo väčšej skupine.

V úvode sústredenia sme venovali veľa času príprave a dolad'ovaniu materiálu. Časť juniorov si počas zimy zaobstarala vlastné raceboardy, časť jazdí na požičanej výstroji, ktorú bolo nevyhnutné pripraviť a nastaviť. Čakajúc na vietor sme preto mali dostatok času prejsť si výstroj jednotlivých pretekárov a riešiť jednotlivé detaily výstroja na jej sfunkčnenie a zlepšenie. Aj napriek slabému vetru sme počas celého sústredenia nakoniec našli veternú chvíľku každý deň na to, aby sme vyskúšali funkčnosť vylepšení a trénovali techniku aj kondíciu. Každodennú rozcvičku sme doplnili v prípade, že nebol vietor, ďalšou tréningovou fázou na brehu. Všetci okrem Jakuba a Sofie trénovali na Raceboard. Sofia prechádza tento rok do kategórie U17, takže testovala novú väčšiu plachtu, zatiaľ čo Jakub pokračoval v tréningu s plachtou 8,5 na kategóriu U19, do ktorej tento rok prestúpil.

ZHODNOTENIE: Napriek veternej nepriazni sme využili maximum z toho, čo nám príroda ponúkla. Tréning na vode sme doplnili volejbalom a tréningom na bicykloch a brigádnickým crossfitom. Popracovali sme na nastaveniach aj technike v slabom vetre, škoda že sme nemali aspoň jeden veternejší deň, aby sme zvládli rovnaké aj v silnejšom vetre. Preteky v záverečný víkend sústredenia ukázali, kde sú silnejšie aj slabšie stránky juniorov. Každopádne aj napriek hendikepu v rozmere plachty naši juniori potrápili v pretekoch aj seniorov v štartovom poli a oživilí boje na vode. Napriek slabému vetru počas celého týždňa vďaka tomu, že sme jazdili na plutvových plavákoch sme dokázali využiť aj to málo vetra, ktorý sme mali k dispozícii.

Košice 8.5.2021

Patrik POLLÁK