

SLOVENSKÁ ASOCIÁCIA WINDSURFINGU

SPRÁVA o výsledku športového výjazdu

Predkladá: Patrik POLLÁK – tréner ID 57

Názov: Reprezenačné sústredenie Domaša I. 2021

Krajina, miesto: Slovensko, Surfclub Domaša

Termín: 8.5.-16.5.2021

Prílohy: Prezenčná listina, Prezenčná listina školenie antidoping

Po splnení opatrení súvisiacich s pandémiou COVID 19 sa reprezentačného sústredenia zúčastnilo 7 pretekárov. Zatiaľ čo Jakub, Matej a Ondrej už absolvovali sústredenie v Španielsku, pre Sofiu, Riša, Peťa a Lea to bolo prvé sústredenie tento rok. Úvodné dni nám mimoriadne prišlo počasie nielen čo sa týka teplôt, ale aj vetra. Naplno sme využili možnosti a absolvovali denne 2 tréningy na vode. Po úvodnom rozjazdení, doladení materiálu na brehu i na vode sme sa venovali tréningu jednotlivých častí rozjazd a trimu v skupine. Napriek rôznej výkonnosti aj materiálu, na ktorom jednotliví pretekári jazdia sa nám dobre darilo udržať tréningovú skupinu pohromade, z čoho ťažili všetci zúčastnení. Je vidno, že minuloročná práca nevyšla nazmar. Už po niekoľkých dňoch sa podarilo všetkým vrátiť na výkonnostnú úroveň z minulého roka a mohli sme začať pracovať na nových cieľoch. V závere týždňa sme potrénovali aj štarty na bočný vietor ako základný slalomový element. V priebehu týždňa si takmer všetci vyskúšali aj foilovanie. Ondro a Rišo pretestovali aj svoj nový komplet Techno wind foil monotypovej triedy, ktorá by sa mala stať nástupcom Techna, resp. Techno + v budúcnosti. V rámci voľnejšieho popoludnia v závere týždňa mládežníci absolvovali aj antidopingové školenie. Všetci zúčastnení pracovali počas celého týždňa ako team a plnili plánované úlohy. Vlastnou aktivitou vo forme otužovania a meditačných cvičení posunuli spoločnú prípravu zasa o krok ďalej, z čoho mám ako tréner veľkú radosť.

ZHODNOTENIE: V priebehu sústredenia sme mali vynikajúce poveternostné podmienky. Výnimočne fúkal celý týždeň vietor z juhu, ale každý deň dostatočne silný na to, aby sme pojazdili minimálne jeden tréning na vode v sklze. V priebehu dňa sme po rozcvičke absolvovali väčšinou 2 tréningy na vode. Jeden tréning bol zameraný na rozjazdenie v plutvovej triede, druhý tréning funboardu alebo foilu. Pre väčšinu to bol prvý kontakt s vodou tento rok. Zamerali sme sa skôr na zdokonalenie techniky jazdy na kurze ako manévrov vzhľadom na stále chladnú vodu, v ktorej sa pri manévroch zatiaľ kúpu všetci podstatne viac. Úspešný „južný“ týždeň na Domaši, ktorý splnil svoj účel a okrem tréningu utužil aj kolektív nielen pri tréningových ale aj mimo tréningových aktivitách. Fotografie a video zo sústredenia budú už čoskoro na facebookových stránkach surfclubu.

Košice 17.5.2021

Patrik POLLÁK