



## Pravidelná mesačná správa za SEPTEMBER 2022

### Sportovní centrum mládeže

**Lodná trieda: 29er**

**Tréner: Dominika Vaďurová**

**Dátum: 4.10.2022**

V polovici septembra sa niektoré posádky zúčastnili dvoch víkendov výcviku Tréner II. triedy ako figuranti. Oba víkendy boli podmienky veterné a účastníci sa mohli sústrediť na techniku jazdy. Spolupráca s viacerými trénermi im priniesla nové uhly pohľadu a boli nútení vyjsť zo stereotypu.

V návaznosti na vzdelávacie víkendy sa SCM premiestnilo na Balaton do dejiska ďalšieho EuroCupu. Dva dni tréningu zamerané na predštartovú rutinu a fokus na lokálne podmienky (veľké ale dlhé zmeny a pásovité poryvy) im pomohli pripraviť sa na pretek, za čo hovoria aj výsledky (37 lodí).

**5. Dadák/Viščor**

**7. Kraus/Baštář (1.miesto U17)**

**10. Neveloš/Neveloš**

**17. Viščorová/Košťálová**

Rovno po Balatone sa posádky premiestnili na Nechranice, kde sa konali MČR mládeže. Pred samotným pretekom sme sa v tréningu sústredili na štarty a rozjazdy. Okrem samotného tréningu mali deti z iných LT možnosť prísť si vyskúšať 29er s niektorým zo skúsenejších 29er jachtárov.

Celú jeseň venujeme 1 cieľu, ktorý si každý reprezentant vytýčil na začiatku mesiaca. Spoločne však pracujeme na automatizácii predštartovej rutiny a tvorbe a vyhodnocovaní "plánu" (alebo priorit voči štartu, poľu a podmienkam).

Počas mesiaca sme postupne s posádkami začali vyhodnocovať ich ročné ciele a ich naplnenie. Zároveň sme sa zamerali na predstavu o budúcej sezóne. Prebehli rozhovory s adeptami na členov SCM na ďalšiu sezónu a pripravujú sa podmienky pre zapožičanie zväzových lodí na ďalší rok.

Po MČR nás čaká 2 týždenná pauza a tréning na Lago di Garda pred Final EuroCupom na konci októbra.

### Hodnotenie posádok:

**Dadák/Viščor** - Lukáš s Danom absolvovali podľa dohody do Balatonu prestávku od 29eru, čo im evidentne prospelo. Po náročnom lete sa vrátili na loď v správnom nasadení. Na Balatone mali blízko k pódiovému umiestneniu, ale niekoľko taktických chýb a problémy s rýchlosťou ich odsunuli na 5.pozíciu. Napriek tomu dokázali väčšinu času perfektne čítať zmeny a poryvy a táto príprava im pomohla o týždeň neskôr k titulu majstrov ČR. Na Nechraniciach predviedli absolútne konzistentný výkon, kde mali prehľad o poli a zvolili správny taktický prístup k daným podmienkam. Stále treba pracovať na systematickej predštartovej príprave, ktorá bude dôležitá najmä vo veľkom poli.



 **Czech sailing team**

**Višchorová/Šlechtická** - Katy s Nelou prospel jeden víkend na trénerskom kurze, kde boli zďaleka najskúsenejšou posádkou. Počas celého roka trénujeme s výsledkovo lepšími posádkami, čo môže byť po čase frustrujúce. Počas víkendu sa nenechali zviest' nižšou kvalitou skupiny a podávali 100% výkony. Na Balatone nahradila Katy Anna Košťálová, s ktorou sa musela Nela najprv zohrať, ale po pár dňoch už fungovali pomerne na úrovni. Na MČR Nela a Katy bojovali so štartom a taktikou na zaďáka, ale posledný deň boli schopné aplikovať plán a držať sa ho. V posádke cítiť mentálny posun, najmä v komunikácii a dávke asertivity, napriek tomu, sa po našich rozhovoroch budúcu sezónu ich cesty rozdelia.

**Neveloš/Neveloš** - Tibor a Adam sa na Balaton pridali až na samotný pretek. Už zvyčajne mali veľmi dobré štarty a rýchlosť na stúpačku. Lepší prehľad o zmenách a daných podmienkach by im dal predchádzajúci tréning, ktorý by určite posunul ich výsledky. Na MČR mali prvé dni veľmi dobré výsledky, rýchlosť lode a bolo evidentné, že vedia dobre čítať lokálne podmienky. Náročnejšie to bolo pre nich v silnejšom vetre, kde nedokázali z lode vyťažiť maximum rýchlosti. Výhra im unikla tesne.

**Kraus/Baštář** - S výkonmi a prístupom posádky som dlhodobo spokojná. Luky a Ondro fungujú veľmi aktívne, a podávajú dobrý feedback, o veciach na vode premýšľajú a snažia sa ich instantne zlepšiť. Ich hlavnou výzvou je konzistentnosť manévrov (najmä háľz v silnom vetre) a vyhodnocovanie rizika resp. realizácia konzervatívnych rozhodnutí v určitých častiach regaty. Na Balatone podali výborný výkon a na MČR boli pre skúsené posádky veľkou konkurenciou.

Vypracovala: Dominika Vaďurová

