



## Pravidelná měsíční zpráva za květen 2023

### Sportovní centrum mládeže

Lodní třída: ILCA

Trenér: Štěpán Novotný

Datum: 1.6.2023

- Soustředění + závod I6 Nechranice 15.-21.5.
  - Účast: L. Dokoupilová, M. Rais, J. Kříž, J. Bělík
  - Jednalo se o první trénink pro závodníky přestupující na ILCA 6, z tohoto důvodu byla preferována česká voda, kde byl předpoklad jednodušších podmínek než v zahraničí. Povětrnostní podmínky byly velmi dobré, každý den foukalo 4-8 m/s. Jen poslední den foukal slabý vítr okolo 2 m/s.
  - Trénink byl zaměřen na seznámení se s novou velikostí plachty, trim a postupně se přecházelo k řešení techniky jízdy a manévrů. Trénink na vodě byl doplněn tréninkem fyzické kondice.
  - Na trénink navazoval pohárový závod pro třídy ILCA 6 a ILCA 7.
    - Ve třídě ILCA 6 se sešlo celkem 19 závodníků
    - Odjelo se celkem 8 rozjížděk ve větru 4-7 m/s.
    - Všem svěřencům se v závodě poměrně dařilo a umístili se na předních pozicích. Nejlépe se dařilo Lindě Dokoupilové, které se podařilo na závodě zvítězit.
  - Odkaz na výsledky: <https://www.sailing.cz/vysledky/231605>
- V následujícím období se závodníci připravují individuálně s ohledem na ukončení školních povinností. V druhé polovině června tým odjíždí do Polska na finální přípravu před MS ILCA 6 Dziwnow.