



Pravidelná měsíční zpráva za srpen 2023

Sportovní centrum mládeže

Lodní třída: ILCA

Trenér: Štěpán Novotný

Datum: 1.9.2023

- Trénink + EC Puck, POL 19.-28.8.
 - Účast: Linda Dokoupilová, Tatiana Bělunková, Jan Kříž, Jan Bělík, Michal Rais
 - Trénink probíhal společně se skupinou Johany Novotné (dříve Rozlivkové), která měla otevřenou účast. Proto se na trénink sešlo téměř dvacet českých závodníků na ILCA 4 a 6. Trénink se uskutečnil ve čtyřech dnech a foukal střední vítr. Trénink byl zaměřen hlavně na starty a taktiku v rozjíždkách. Během startů byl kladen důraz na startovní manévry a pozici na startu. Díky tomu bylo ideální i spojení s jinými skupinami z Polska, Litvy a Spojených arabských emirátů.
 - Závod byl čtyř denní a celkem se odjelo šest rozjížděk. Na startu se sešlo šedesát jedna ILCA 4 a sto ILCA6, které byly rozděleny do dvou skupin. Závod doprovázel slabý až střední vítr. Čeští závodníci se rozhodně neztratily. V lodní třídě ILCA 4 se na celkově 2. místě umístil Jan Valenta. a na 9. místě a celkově 1. z dívek Tatiana Bělunková. V lodní třídě ILCA 6 byli závodníci po prvních dvou dnech rozdělení do finálových skupin zlaté a stříbrné. Nejlépe se dařilo Lindě Dokoupilové, která skončila na 11. místě a 4. z dívek.
 - Tatiana Bělunková 9./61.
 - Táňa stále bojuje se starty a rychlostí po startu. Následně během rozjíždky jede velmi dobře a dokáže se probojovat na přední místa, ale ne vždy. Její další cíl musí být zdokonalit starty. Následně se její výsledky diametrálně posunou a bude moc pravidelně bojovat o přední pozice. Velmi se zlepšila při jízdě po větru a v technice vyvažování.
 - Linda Dokoupilová 11./100
 - Tento závod lze považovat za Lindy méně povedený, ale i přes to výsledek je dobrý. V tomto závodě byla hlavním problémem taktika. Linda je velmi rychlá, kvalitně startuje, ale musí se naučit rozpoznat svá špatná taktická rozhodnutí a následnou eliminaci ztráty.
 - Michal Rais 20./100



- Pro Michala to byly ideální podmínky, ve kterých je velmi rychlý. Probléme jsou pasivní starty, často z horší strany startovní čáry. Michal potřebuje získat sebevědomí na startech. Následně bude schopný v těchto podmínkách bojovat a nejvyšší příčky.
- Jan Kříž 25./100
 - Honza má často perfektní starty, ale poté bojuje s rychlostí. Z velké části je to kvůli technice vyvažování a špatné kondici, nedokáže dlouho kvalitně vyvažovat.
- Jan Bělík 30./100
 - Velmi se zlepšil ve slabém větru, ale často dělá velmi zbytečné chyby na startech. Potřebuje najezdit více závodů, aby získal sebevědomí. S rychlostí problém nemá. V některých rozjíždkách ztrácí při jízdě po větru, protože jezdí moc uprostřed pole nebo naopak jede extrémní oblouk.
- Odkaz na výsledky:
 - <https://www.upwind24.com/regatta/europa-cup-poland-2023/results>
- Další akcí je trénink a MČR ILCA 6 na Nových Mlýnech