



## Pravidelná měsíční zpráva za srpen 2024

### Sportovní centrum mládeže

Lodní třída: iQFoil

Trenér: Milan Hájek

Datum: 14.9.2024

V srpnu SCM iQFoil pokračoval v nabitém programu.

Nejdříve se závodníci zúčastnili mistrovství České republiky ve Viganji.

Více o závodě [ZDE](#).

Posledních 14 dní v srpnu bylo naplánováno tradiční soustředění na Gardě. Měli jsme skvělé podmínky, dalo se většinou trénovat jak dopoledne tak i odpoledne. Popřípadě jsme dopoledne zlepšovali fyzickou na kole.

Na vodě jsme se zaměřovali převážně na zlepšení věcí, které se nám nepodařilo zatím zlepšit. U každého závodníka je to něco jiného.

Celá příprava je zaměřená na podzimní MS na Mallorce, které se jede koncem října. Závodníci jsou po létě již dobře rozježděni a je potřeba řešit hlavně jejich správné naladění na nejdůležitější závod sezony.

V rámci přípravy pojedeme ještě trénovat koncem září na Gardu.