



Pravidelná mesačná správa za DECEMBER 2021

Sportovní centrum mládeže

Lodná trieda: 29er

Tréner: Dominika Vaďurová

Dátum: 03.01.2022

V decembri pokračovala individuálna kondičná príprava posádok. Prebiehala ešte menšia úprava plánov na novú sezónu. Na začiatku mesiaca bolo naplánované sústredenie na horách, ale kvôli chorobe viacerých členov SCM, bolo zrušené. Náhradný termín sústredenia je 6.-9.2022. Na programe budú kondičné bloky, a teória – najmä otázky pravidiel v rôznych situáciách, ktoré budeme bližšie rozoberať na workshope s Vaškom Brabcom na konci januára.

Členovia SCM sa pomaly zžívajú s tréningovým denníkom Yarmill. Je ale nutné, aby jeho používanie zaradili do dennej rutiny. Niektorým členom v poriadnej kondičnej príprave bránili zdravotné problémy, ale vo všeobecnosti je celá skupina v príprave aktívna.

Posádka Neveloš/Neveloš, sa od 11.12. účastnila Youth Worlds v Ománe. Ich výkony sme priebežne vyhodnocovali cez tracking v reálnom čase. Podmienky v Ománe boli náročné, prevažoval slabý vietor, ktorý nebol veľmi predvídateľný. Prvé 2 dni bojovali Tibor a Adam so štartami, nedokázali urobiť akceleráciu podľa svojich predstáv, prispôbenú aktuálnej situácii na čiare. Po analýze sme sa snažili stanoviť 2 body, ktoré by ich výkon mohli zlepšiť – konkrétne štarty a zmena taktického prístupu. Z analýzy trackingu bolo vidieť, že boli schopní tieto zmeny aplikovať a podať 4 dojazdy v TOP 10. Ich prístup hodnotím pozitívne, a tento pretek bol pre nich určite veľkým prínosom, kde museli byť schopní spoľahnúť sa viac sami na seba v príprave aj vyhodnotení výsledku. Celkové výsledky: 17.miesto (24 lodí). Analýza ich výkonu dala impulz, aby sme sa s teamom počas prípravy zaoberali aj rôznymi taktickými prístupmi v závislosti na poveternostných podmienkach.

Vypracovala: Dominika Vaďurová