

Zpráva trenéra SPS za září 2016

Koncem srpna jsem na MČR Q vytypoval mladší perspektivní jachtaře a většina se mnou absolvovala MM Polska v Dziwnowě v termínu 14.-18.9., s jednodenní přípravou před závodem.

MM Polska - jeden z nejvydařenějších závodů za poslední dva roky. Tři dny slunce, vítr 14-22kn a vlny až 2,5 metru v polském Dziwnowě. Česká výprava čítala dokonce 16 závodníků a nutno říci, že i nováčkové, kteří byli poprvé na moři, zvládli fyzicky a hlavně psychicky tyto tvrdé podmínky velmi dobře! Celkem se zúčastnilo 310 lodí asi z 10 zemí.

Z našich závodníků si nejlépe vedl Ondra Muller, který už v SPS skončil, z mladších závodníků pak Bára Švíková, Tobiáš Kraus a Šimon Jurečka.

Naši mladí závodníci se poprali nejen s mořem, ale také si vyzkoušeli jaké to je připravovat si samostatně jídlo nebo nakládat a uvazovat lodě bez pomoci rodičů.

Děkuji za výbornou spolupráci Martinovi Žižkovi, Petrovi Mullerovi, Tomášovi a Kubovi Hálovým.

Během září jsem se věnoval přípravě závěrečného soustředění SPS, které se uskuteční na Gardě a bude zakončeno dvoudenním závodem Halloween Cup 30.-31.10.

Rovněž jsem již připravoval první soustředění se závodem IODA ve Španělsku koncem ledna 2017. Této akce se zúčastní 8 členů SPS. Domluvil jsem se na spolupráci dle článku IV. 5. smlouvy a pozval na 5 dnů německého reprezentačního kouče Riki Stadela. Němci patří ke světové špičce, tak doufám, že bude tato akce přínosná pro naše závodníky a já získám nejnovější informace o technice a nastavení Q.

Informace o členech SPS Q, kteří končí:

Ondra Muller a Mikuláš Vaszi chtějí přejít na 29er a žádají o zapůjčení lodi od ČSJ (žádali už vloni, ale nebylo jim vyhověno).

Oba závodníci mají velmi dobrou fyzickou kondici a takticky jsou také velmi dobří, pro 29er mají v současné době výborné tělesné parametry Ondra kormidlo, Miki kosatka. Oba dva mají již zkušenosti i s laserem 4.7 a Bic Techno, kde Ondra byl třetí na MČR L4.7 vyhrál MČR Techno.

Matěj Jurečka chce přejít na 29er a má domluveného kosatníka Tomáše Zítu. Matěj by potřeboval zlepšit fyzickou kondici, která ho bude jistě limitovat na větší lodi, jinak takticky je velmi dobrý zvláště v "českých" podmínkách.

Aneta Páleníčková již přešla na 420. Má předpoklady být dobrou kormidelnicí na této třídě, nyní shání kosatnici.

Katka Švíková není zatím rozhodnuta, bude zkoušet Laser 4.7, 29er, 420 a Bic Techno. Kačka má fyziologicky na Lasera nebo kosatnici na dvouposádkových lodích. Podle posledních zpráv bude zkoušet nejprve L4.7.

<i>Místo</i>	Dziwnow						
<i>Termín</i>	14.-18.9.						
<i>Třídy</i>	Optimist						
<i>Trenéři</i>	Antonín Mrzílek						
<i>Doprovod</i>	M.Žížka,P. Muller , T. Hála						
<i>Účastníci</i>	Bára Švíková						
	Šimon Jurečka						
	Adam Rek						
	Petr Hála						
	Ondra Šindelka						
	Lukáš Krsička						
	Michal Krsička						
	Tobiáš Kraus						
	Ondřej Muller						
	Miki Vaszi						
	Tomáš Mlejnek						
	Kristýna Chalupníková						
	Markéta Kališová						
	Kačka Altmannová						

<i>Den</i>	<i>Činnost</i>	<i>Voda hodin</i>	<i>Teorie hodin</i>	<i>Vítr směr</i>	<i>Vítr uzlů</i>	<i>Vlny metrů</i>	<i>Tepl. C</i>
14-9.	příjezd do Wrzosowa v 20:30						
15-9.	příprava lodí a člunu, v 12:30 na vodu, stoupačka na techniku, zadáky s halzami a pumpováním, starty a dvě kráte a jedna delší rozjíždky, proměření lodí a přihlášení k závodu	3	0,5	NE	8-13	0,5	26
16-9.	zahájení závodu, na vodu v 11, 4 rozj., dobré starty Michal, Ondra, občas Tomáš a Bára, jinak vesměs z druhé až třetí řady, navíc obraty po startu ve velkých vlnách, u nováčků technika na vlnách-někteří poprvé na moři, dojezd do cíle-čára šikmo	5	0,5	NE	10-16	1	24
17-9.	Lukáš nemoc, v 10 na vodu, 4 rozj, starty se trochu zlepšily, velké vlny-vyhýbat se, vybírání vody	6	0,5	NE	12-18	2	25
18-9.	Lukáš a Ondra Š. zůstali na ubytování, ostatní v 9 na vodu 2 rozj, emerald jen jedna, velké vlny a silný vítr	4	0,5	NE	15-23	2	24
19-9.	příjezd do Prahy 2:00						
		18	2				

Tato regata byla jednou z nejvdařenějších za poslední dvě sezóny! Během jednodenního tréninku seznámění nováčků s mořem a později každý den zesilující vítr a větší a větší vlny až k 23kn a 2,5m vlnám v neděli na závěr regaty. Rovněž vedení závodu bylo výborné, takže se maximálně využil čas na vodě. Z našich závodníků si nejlépe vedl Ondra Muller, který už v SPS skončil, z mladších závodníků pak Bára Švíková, Tobiáš Kraus a Šimon Jurečka.