

ZPRÁVA TRENÉRA

Laser team

Za období: 1.11. - 31. 12. 2017

Po návratu ze soustředění na Gardě následoval týdenní odpočinek a úkol všech byl vstoupit do fáze kondiční přípravy a zahájit tak přípravné zimní období.

Na konci měsíce listopadu jsme měli dohodnutý trénink s holandským týmem v Medembliku, který jsme byli nuceni odvolat z důvodu velmi nepříznivých povětrnostních podmínek a veliké zimy. Předpověď, kterou jsme sledovali a konzultovali i s holandským koučem se nakonec skutečně vyplnila a v Holandsku foukal vítr o síle 40-45 uzlů, a to několik dní, bohužel škoda.

Individuální příprava tedy nepřerušeně pokračovala dále a na začátek měsíce prosince jsme naplánovali Kondiční testy s Tomášem Klímou, již tradičně na gymnáziu L. Daňka.

Testů se zúčastnili Ben Přikryl, Mario Nuc, Martin Kmenta, Jiří Himmel, Vít a Moučka, Kateřina Švíková, Bára Švíková, Klára Himmelová, Bára Košťálová. Z testů byli omluveni Jakub Halouzka a Lucie Keblová ze zdravotních důvodů a Martina Bezděková, která zahájila zimní přípravné období tréninkem v Cádizu.

Testy opět ukázaly veliké rozdíly v kondiční zdatnosti mezi jednotlivci, proto jsme velmi důrazně apelovali na poctivost a důležitost kondiční přípravu po celou dobu zimní kondiční přípravy.

V zimním období bude určen termín kontrolních fyzických testů, abychom měli jasné vědomí, že se úroveň přípravy zvedla a výsledky očekáváme ve výrazně vyšší kvalitě.

Zároveň jsme se s Tomášem Klímou dohodli, že od ledna 2018 převezme dohled a vedení kondiční přípravy asistentka Laser týmu – trenérka Johana Rozlivková, která bude nadále s Tomášem vše konzultovat. Tomáš se bude věnovat hlavnímu RD.

Po návratu z Brna odcestovala výprava na MSJ ISAF do Číny, kde nás reprezentují na Lar Ben Přikryl a Lucie Keblová, trenérsky zajišťuje oba svěřence Johana Rozlivková, hlavní trenér výpravy je David Křížek, který má na starosti posádku Mareček Svoboda na 29er.

Tak držme palce, uvidíme, s jakými výsledky se výprava vrátí!

Měsíc leden začne testováním všech členů RD, RDJ a SCM na brněnské Fakultě Sportovních studií pod vedením Doc. Dovrtělové a Tomáše Klímy, oba trenéři Laser týmu budeme též přítomni.

!!! Všem přeji za celý tým Laser krásné Vánoce a vše nejlepší do Nového roku 2018 !!!

V Jilemnici, dne 13.12.2017

Michal Smolař
trenér SCM Laser