



 **Czech sailing team**

Pravidelná měsíční zpráva za únor 2025

Sportovní centrum mládeže

Lodní třída: Optimist

Trenér: Jakub Halouzka

Datum: 15. 3. 2025

Organizační, administrativní a technické činnosti:

- Příprava a organizace nadcházejících akcí (Pula, Garda, Portorož, Puck)
- Odvoz svazového vozíku z Roudnice nad Labem
- Organizační schůzka s optickými rodiči ohledně transportu lodí na ME
- Komunikace s rodiči dětí zařazených do SPS

Trénink a závod 19. Memorijal Zlatan Pecenković

V únoru proběhla 8 denní akce SPS Q v Pule. Počasí bylo během celého soustředění velmi chladné (5 – 9 °C), avšak slunečné a docela větrné. Podařilo se využít všech 8 dní na vodě bez přestávky. Druhy tréninkových cvičení na vodě jsme přizpůsobili oblastem, jež závodníci kteří se účastnili tohoto soustředění potřebovali nejvíce zlepšit. Tentokrát jsme se proto zaměřili zejména boathandeling (ovládání lodě) a rychlost lodě na zadáka (především v malých vlnách). Z oblasti boathandelingu jsme kromě klasických obrátů a halz věnovali velkou část tréninku i trestným otáčkám (360° a 720°) a zejména startovní akceleraci.



Český svaz jachtingu
Zátokova 100/2, PS40
160 17 Praha 6 – Břevnov
Czech Republic

Tel.: +420 242 429 253
E-mail: sailing@sailing.cz
www.sailing.cz

Především startovní manévry jsou dlouhodobě oblastí, se kterou většina našich závodníků bojuje. V dřívějších trénincích jsme se zaměřovali zejména na trénink „stání na čáře“ a vytváření si místa pro rozjezd lodě. V tréninku v Pule jsme se poprvé výrazněji a detailněji začali věnovat samotné akceleraci lodě. Naopak tréninkovým rozjížděčkám jsme se tentokrát věnovali spíše okrajově.



Kromě každodenních brífinků s analýzou videí z vody jsme se více zaměřili i na další teoretické koncepty. Probrali jsme například fungování zdánlivého větru (apparent wind) a jeho aplikaci na vodě. Naopak objem kondičnímu tréninku na břehu jsme z důvodu studeného počasí poněkud omezili.

Poslední částí tohoto soustředění byl místní dvoudenní závod. Ten jsme pojali čistě tréninkově. Cílem bylo si vyzkoušet získané zkušenosti v praxi, tedy zejména na reálné startovní čáře. U všech našich závodníků jsme si mohli povšimnout, že díky preciznějšímu ovládní lodě a kvalitněji provedené akceleraci se dokázali na čáře pohybovat sebejistěji. I nadále však musíme v této oblasti pracovat. Z hlediska výsledků si v tomto závodě nejlépe vedl Filip Otta, který skončil celkově na 5. místě a David Hrubý na 23. místě ze 108 lodí.



Kompletní výsledky:

<https://www.racingrulesofsailing.org/documents/10736/event>