



Pravidelná měsíční zpráva za září 2021

Sportovní centrum mládeže

Lodní třída: ILCA 4

Trenér: Johana Rozlivková

Datum: 4.10.2021

- Trénink + CERE Regata Nechanice 3.-5.9.2021
 - Na začátku září jsme absolvovali CERE Regatu, kterou předcházela jednodenní páteční trénink.
 - Trénink se konal v bezvětří, dvouhodinový trénink na vodě byl zaměřený na houpané obraty a manévry ve slabém větru, odpoledne pak bylo věnováno kondici (kruhový trénink, voleyball).
 - Tréninku se zúčastnili: Jindřich Knetig, Rudolf Bína, Zuzana Tlapáková, Richard Rezek, Nina Paigerová a Pavlína Motlíková
 - Trénink byl pořádán za trenérské spoluúčasti Štěpána Novotného
 - CERE Regatu provázela velmi slabý vítr, nakonec se v sobotu večer povedlo odjet 2 rozjížděky. Nakonec se rozfoukalo na zhruba 3-4 m/s, směrově byl vítr dosti nestabilní. Bohužel trať byla velmi krátká, tudíž závodníci jeli celou rozjížděku pouze 15 minut, hodně rozhodoval start, díky krátké trati se již nedalo moc nic dohnat v průběhu rozjížděky.
 - V neděli se již neodjela žádná rozjížděka, závod se tím pádem nepočítá do poháru ILCA 4.
 - Nejlépe si vedl Michal Rais, druhé místo obsadila Nina Paigerová, bronzová byla Kristýna Flosmanová
 - Na závodech jsme byli dohromady se Štěpánem Novotným
- Optimistický podzim 25.-26.9.2021
 - Poslední závod poháru ČR letošní sezóny, účast 25 závodníků na ILCA 4
 - V sobotu foukal slabý až střední vítr 2,5-4m/s, poměrně stabilního směru. Povedlo se odjet 4 opravdu kvalitní rozjížděky – trať byla dobře postavená, start i brána v přiměřené velikosti a dobře postavené, prodlevy mezi jednotlivými starty byly přiměřené, zkrátka závodní komise odvedla velmi dobrou práci.
 - Šlo o velmi kvalitní závod v dobré konkurenci, pole je vyrovnané a na předních pozicích se vede opravdu těsný souboj.
 - V sobotu proběhla na Rozkoši informační schůze pro závodníky ILCA 4 a jejich rodiče. Byly sděleny informace o kondičních testech, které proběhnou 23.-24.10.2021. Dále jsem přednesla informace o fungování týmu ILCA 4 v následující sezóně 2022.
 - V neděli se pro bezvětří nezávodilo.



- Nejlépe si vedl Michal Rais, který jel celý závod suverénně. Na druhém místě se umístila Kristýna Flosmanová, třetí příčku obsadila Táňa Bělunková, pro obě se jedná o nejlepší letošní umístění v poháru ILCA 4 a rozhodně je zasloužené. Skvěle si vedla i Adéla Rabasová a Linda Dokoupilová, které obsadili 4. a 5. příčku a potvrdily, že rozhodně patří do čela pole.
- Plánování kondičních testů, které proběhnou v Brně 23.10.2021 a Praze 24.10.2021
- Komunikace s týmem



Letošní sezóna na vodě pro tým ILCA 4 skončila, chtěla bych všem závodníkům a jejich rodičům poděkovat za skvělé chvíle u vody. Odvedli jsme kus práce, povedlo se nám vytvořit skvělou partu a těším se na další společné akce v příštím roce!