

VYHODNOTENIE AKCIE

Názov akcie: Prípravné sústredenie pred MSJ Mahé - Koper

Dátum konania: 22.08. – 29.08.2022

Miesto: Koper / Slovinsko

Ubytovanie: Hotel Bio

Vedúci akcie: Tomáš Vachan

Tréneri: Radoslav Suchánek

Plavci: Filip Lányi, Samuel Čekan, Krisztián Gálik, Daniel Van Wyk, Kristián Obert, Olivia Ana Šprláková-Zmorová

Hodnotenie športoviska:

Prípravné sústredenie pred MSJ Mahé sa konalo v prímorskom Slovinskom meste Koper. Príprava prebiehala na otvorenom 50 metrovom bazéne a na otvorenom mori, aby sa plavci čo najviac priblížili podmienkam, ktoré budú prevládať na MSJ a zároveň si zvykli na slanú vodu. Podmienky na bazéne boli výborné a nič nechýbalo aby sa reprezentanti mohli čo najlepšie pripraviť. Po preložení sústredenia z pôvodne plánovaného Splitu sme naplávali v mori pre našich plavcov nebyvalé veľké množstvo kilometrov, čo bolo veľkým pozitívom.

Materiálne – organizačné zabezpečenie (doprava, strava, ubytovanie, oblečenie):

Stretnutie reprezentantov bolo na SPF, odkiaľ sme išli federačným autom. Cesta bola bezproblémová. Ubytovatelia sme boli v hoteli Bio, v ktorom sme mávali aj raňajky formou bufetových stolov. Obedy a večere boli zabezpečované v reštauráciách, kde si plavci mohli vybrať stravu podľa vlastných potrieb.

Reprezentanti boli zabezpečení kompletnou výbavou už dlhšie pred akciou.

Hodnotenie reprezentantov:

Filip Lányi:

Po domácej príprave smerovanej k majstrovstvám sveta odtrénoval celý program zväčša z prvej pozície

Krisztián Gálik:

Už na sústredenie prišiel dobre pripravený a odplával všetko. Je zvyknutý tvrdo pracovať a nehľadá úľavy.

Samuel Čekan:

Po dovolenkovej prestávke cez prázdniny trénoval zľahka v domácich podmienkach podľa možností. Pustil sa do tréningu s veľkou chuťou, v závere sústredenia sa u neho prejavila únava.

Kristián Obert:

Snažil sa odtrénovať celý program, ale podľa jeho vlastných slov nie je na také denné penzum z domácich podmienok zvyknutý.

Daniel Van Wyk:

Po úvodných náročných dňoch sa u neho prejavili ťažkosti s hornými dýchacími cestami. Vynechal niektoré tréningové jednotky resp. preventívne sme ich skrátili.

Olivia Ana Šprláková-Zmorová:

Ako jediné dievča v tréningovej skupine absolvovala identický program s malými úľavami. Pri niektorých meraných motívoch sa javila pod svojimi možnosťami.

Hodnotenie vypracoval: Tomáš Vachan, Radoslav Suchánek

V Piešťanoch dňa 10.9. 2022