

Hodnocení akce

Akce: **Mistrovství světa juniorů DP**

Termín: **3.-8.9. 2024**

Místo: **Sardinie - Alghero**

Doprovod: **Adam Kavřík (vedoucí + trenér)**
Kristýna Štemberová (Fyzio)

Nominace: **dle splněných limitů**

Účast: **Petr Morávek (USK)**
Lucie Netrefová (KomBr)

Obecné hodnocení:

MSJ proběhlo pro naše plavce velmi úspěšně. V disciplíně na 7,5 km se Petr umístil na 10. místě a Lucie na 14. místě.

Proběhl i nový typ závodu zvaný 3km Knockout Sprint. Mě osobně se mi to líbilo a od plavců jsem měl kladné ohlasy.

Každý večer proběhla porada a zhodnocení dne.

Ubytování: **Hotel Riviera 4*, jednolůžka.**

Strava: **V hotelu byla snídaně formou bufetu. Oběd a večeře probíhaly ve vedlejším hotelu cca 200 m. Absolutně bez problémů, plavci byli spokojeni.**

Tréninkové podmínky:

Odpoledne probíhal trénink ve sportovním bazénu. Venkovní bazén velikosti 25m - 8 drah. Dopoledne jsme byli trénovat na závodišti.

Závodišť:

Závod se konal v moři na pláži Mugoni. Zázemí bylo pěkně zařízené, jen klasicky kdo dřív přijde, ten má židle a místo na sezení. Voda a ovoce byly pořád k mání na stole u koridoru na start.

Pro všechny dny se voda pohybovala okolo 24–25 °C, Vzduch byl okolo 30°C.

Hladina vody klidná.

Přenos a výsledky byly online.



7,5 Km:

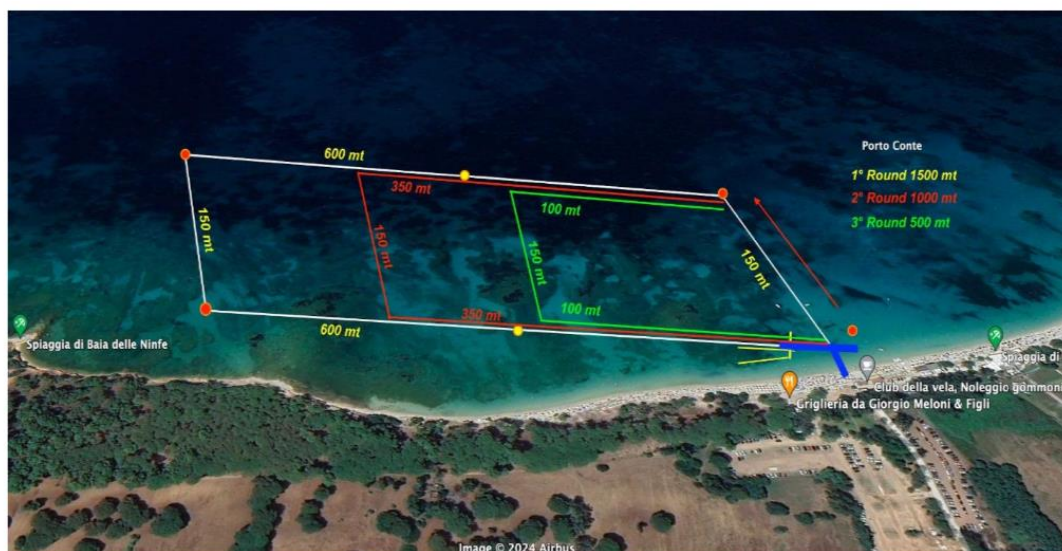
Swimmers will have to complete 4 laps in a 1.87km loop.



Trať jednoduchá. Dvě brány (průjezdná a cílová). 4 oranžové bóje po levé ruce. 2 červené bóje s bílým pruhem jako vodící. Start proběhl skokem z mola na startovní signál.

Na krmícím mole měl každý národ svoji pozici danou, ale i tak tam bylo kolem 70 krmičů, takže trochu těsnější.

Trať na 3km knockout sprint



*More details will be provided at the Team Leaders Meeting on site.

Nová disciplína v OWS. Na technické schůzce nejvíce rozebíraný závod a oproti oficiálním informacím došlo k pár změnám. Nová disciplína byla prezentována jako udržení OWS aktuálnější a doslova udržení OWS

při životě. Byl to v podstatě první testovací závod a s největší pravděpodobností, podle slov WorldAquatics bude knockout na velkém MS v Singapuru 2025.

Systém knockoutu: Bez rozdílu věku, takže soupeřili spolu ve věkovém rozmezí 14 – 19 let.

1500 m – První vlna rozdělena na 2 rozplavby (mezi cca 3minuty). Z každé postupovalo 10 nejlepších a po doplávání posledního plavce druhé rozplavby bylo 10minut odpočinku

1000 m – Semifinále: 20 nejlepších a postupovalo do finále 10 nejrychlejších. Po doplávání posledního 5 minut odpočinek.

500 m – Finále: 10 nejlepších si to rozdalo o medaile.

Připraven stan pro postupující, kam mohl přijít jeden trenér na jednoho plavce a přinést mu pití, nebo někteří využili možnost ledovat a masírovat.

Hodnocení závodu:

7,5 km – 2007–2008

Rozebrali jsem starty na 10 a 5 km, které jsme viděli v online přenosu a taktika byla jasná. Bójky byly obrovské a ani se při nájezdu plavců nehnuli. Vždy to tedy rozbilo celý balík, a proto se do toho muselo šlapat od začátku a na první bójce získat co nejlepší pozici.

Junioři:

Petr Morávek – 10. místo

Slunečno, klidné moře.

Start proběhl výborně. 50 plavců zamávalo s pontonem a startér se odporoučel do vody jak pytel brambor. Na velké obrazovce bylo vidět, že Petr zvládl první bójku v top10. Na první krmení dorazil v prvním balíku na 6. pozici. Tempo se zvyšovalo a do posledního kola projela šestice nejlepších. Následovali 2 další plavci a za nimi další dvojce kterou Petr táhnul. Takticky nenakrmil a zvládl perfektně dotáhnout dvojici plavců před sebou.

Do finále šli ve čtyřech do boje o 7-10. místo. Bohužel ostatní měli o trošičku víc sil ve finiši a Petr si vyplaval i tak úžasné 10. místo na mistrovství světa.

Závod byl rychlý a docela ostrý, rozhodčí rozdali dvě červené a musel se odporoučet Ital a Řek

Dívky:

Lucie Netrefová - 14. místo

Slunečno, klidné moře.

Start proběhl divoce, prvně tam spadli dvě dívky po zapískání a když startér spustil klaxon, tak po předchozím pádu do vody zazvonil velmi slabě. Mezi dívkami proběhlo lehké zaváhání, ale pochopily a skočili do vody. Lucku to naštěstí po zkušenostech z Vídně nepřekvapilo a skákala mezi prvníma. U dívek to první bójka tolik nerozbila a Lucka se pohybovala v prvním balíku na cca 13 pozici. Druhé kolo velmi podobné a ve třetím se posunula v balíku 15 plavkyň na 10 pozici. Tempo bylo neúprosné a ve finiši dohmátla na úžasném 14. místě na mistrovství světa jako mladší v ročníkách.

3 Km – Knockout sprint

V tomhle závodě není možno pro většinu plavců nějak taktizovat. Šlape se do toho od začátku. Taktizovat si mohou dovolit jenom velmi rozdíloví plavci, jako například plavkyně USA Weinstein Claire 2007 (stříbrná z olympiády v Paříži na štafetu 4x200VZ). Celou dobu si hlídala pozici, a nakonec vyhrála o vzdálenost dvou těl.

Chlapci:

Šlapalo se do toho od začátku, ale bohužel Petrovi to úplně nevyšlo a skončil ve své rozplavbě na 20. místě. Dle výsledků se k postupu do semifinále do prvních deseti se probojovala pouze dvojce středních juniorů. I tak to byla velká zkušenost a věřím, že pokud se tohoto závodu zúčastní někdy jindy, postoupí dál.

Dívky:

Lucce se v rozplavbě vedlo lépe a skončila na 15. místě. Pouhý rozdíl 5 vteřin jí dělil od postupu do semifinále. Kopnutí do brejliček na bójce tomu vůbec nepomohlo. Každopádně se jedná o velkou zkušenost.

Postřehy:

Můj pohled na 3 km Knockout sprint je velmi kladný. Doopravdy mě to bavilo. Závod měl fakt grády. Emoce, energie, fyzická a psychická výdrž u plavců byla obdivuhodná, a hlavně ty finíše byly neuvěřitelné. Od okolních trenérů jsem neslyšel nic negativního. Náš celý tým, já i Kristýna (fyzio) a oba účastníci závodu jsme se shodli, že nový závod se nám líbil. Jsem zvědav, jak se bude vyvíjet. Vyznělo totiž na technické poradě, která MSJ brala jako úplně nový start v olympijském cyklu, že by se knockout mohl ukázat i na olympiádě. Ale to vše ukáže čas.

Poslední point k zamyšlení je, že pokud se snažíme držet světových pravidel a trendů. Chybí nám tu trať pro střední juniory (16-17 let) 7,5km. Pro juniory je tato trať skvělý mezistupeň a důležitá příprava na vrcholné soutěže.

Poděkování:

Děkuji plavcům za úžasnou atmosféru a reprezentaci. Gratuluji jim ke skvělým výsledkům. Kristýně Štemberové, která se nejenom starala o jejich přípravu a rehabilitaci, ale také za super servis na závoděšti. Dále děkuji za zajištění akce z Prahy Jakobovi Tesárkovi a Honzovi Srbovi.



V Kolíně 9.9.2024

Adam Kavřík