

## **L 4.7 MAGYAR VÁLOGATOTT**

---

### Beszámoló

#### **L 4.7 válogatott tengeri edzőtábor, Izola, 2007. március 30-április 4**

#### **Izola Spring Cup 2007, ISAF Grade 2, 2007. április 4-9**

---

Utazás: 10 hajó, 1 motoros (saját), 2 autó ( saját), 2 utánfutó( saját),

Edző: Timár Péter

Kísérő: Héjj Imre

Versenyzők: Györffy Bálint, Hunfalvy Péter, Mátyás Viktor, Nyulasi Anna, Serke Áron, Szabadkai Izabella, Szigethi Botond, Héjj Viktória (nem válogatott), Herkó Tamás (nem válogatott), Héjj Ádám (LR)

Indulás: 2007, március 30. 10:00, Agárd

Érkezés: 2007, március 30, 18:50, Izola

Szállás: Belvedere Hotel, 3-4 ágyas mini apartmanokban, reggeli+vacsorával.

---

1. nap: hajóösszerakás, apró javítások, megbeszélés- vízreszállás. Teljes szélesend, eső több hullámban. Rövid vitorlázások, áramlásmérés mindenkinek önállóan, 2 gyakorlat vitorlázva, part, elpakolás, szállás, esti torna, vacsora, megbeszélés-edzésnapló, pihenés.
2. nap: élelmiszerbolt, hajószerelés-, öltözés időre, ellenőrzés.Megbeszélés. Vízreszállás időre, csoportos segítség a sólyán. 5 gyakorlat vitorlázva, videófelvétel, part, elpakolás, szállás, esti torna, vacsora, megbeszélés-edzésnapló, videó vetítés, pihenés.
3. nap: élelmiszerbolt, vitorlásbolt, kikötőbejárás, hajószerelés, megbeszélés, vízreszállás, 5 gyakorlat vitorlázva, áramlásmérés, ügyességi feladatok, sok rajt, a nap végén futamok, videó felvételek. Part, elpakolás, szállás, esti torna, vacsora, megbesz+ video, pihenés-filmvetítés.
4. nap: válogató verseny. 4 futam, 4 szög pálya, külső kör, helyszini bíraskodás. Part, este HUN feliratok és számok ragasztása, pihenő, vacsora, pihenő-videó vetítés
5. nap: pihenőnap, ám a Bft. 5-6-os szél 2 órás edzésre csábította a versenyzőket. Sok tanulság, szembesülés hiányokkal, adottságokkal, áramlásmérés, túlélés. Feladatok nehéz teljesítése. Csapat nagy része 2 órai vízenlét után be, pihenés, hajószerelés, kisebb fele és az új érkezők további edzése. Feladatok vitorlázása, borulás-felállítás. Este: nevezés, Mátyás László segítségével kiírásfordítás, edzésnaplóba jegyzetelés, mindenki kapott kiírást. Megbeszélés a versenyről. Vacsora, pihenés, alvás.

A versenyről: L 4.7 ben 43 induló, 9 nemzet, 11 futamra kiírt verseny 1 ejtővel. Minden futamon belső kör, egy pályán a 420-al és a LR-lal. Az első napon Bft. 4-5-6-os É-ÉK-i szél, 1-2 m magas, 4-5 m hosszú hullámok, sós víz. Nehéz körülmények, zömében félénk rajtok, zömében erőnk végén való vitorlázás, a téli alapozás hiánya látszik. A magabiztoság hiány néhány kivétellel. De! végigküzdött futamok, koncentrált vitorlázás, fejlődni akarás és az alázat kialakulásának jelei az erősseles vitorlázásnak szólóan. Nagy méretű ellenfelek. Az első napon tisztas helytállás. Felrázó esti megbeszélés, bátorítás, sokak korai pihenője.

Második napon Bft. 1-2-1-es szél. Magabiztosabb hangulat, de félénk rajtok, néhány ellenkező példával. Tapasztaltabb versenyzők, volt válogatott optimiztesek, rutinnal, hittal rajtolása. Magyar veszi 1 nek és 5. nek az első Kreuz bóját!! Jó teljesítménnyel, helyismeret hiány, küzdés, hit a mezőny elejében vitorlázók esetében: 5. 6. hely, utóbbi OCS lett. A gyerekek másik csoportja bár tudja mit kellene tennie, a kivitelezés pillanatában megremeg, erőből letolják őket, majd kicsit kedvtelen vitorlázás, esetenként bátor felzárkózás, manőverek lassú sebessége.

A nap második futamában a mezőny már nem szokatlan, javuló rajtok, jó részeredmények, 10 körüli futameredmények. Este fogadás.

Harmadik napon: szélcsend, futampróbálkozás, érvénytelenítés. Vonta. Hosszabb megbeszélés, egyéni beszélgetések, felkészülés az utolsó napra, főként lélekben. Városnézés- séta, öreg kikötő, fagyalt.

Negyedik nap: a legszebb nap. 1 futam: Magyar első, magyar második, magyar 10. hely és sok bátor, eredményes megoldás, önbizalommal vitorlázás. Amennyiben még van futam, feltehető a tendencia folytatódik. Bft: 1-2-1 es Ény-i szél, lapos víz. Kiváló rajt 4 versenyzőtől, mind a az első 11 ben vette a K bóját. Szoros haladás, egyenlő sebesség, egyenlő hajó és vitorlakezelés. Bátor előre gondolkozás, az első két magyar taktikai fegyelme. A mezőny első harmadában némi lemorzsolódás, tiszta szél keresése, csapásváltások zötyögve, visszafogott mezőnytaktika, kerülve a test test melletti meneteket, felszorításokat, lerohanásokat.

A megbeszéléseken kitűnt, hogy fejben értik a gyerekek a kívánt szintet, csak még a reakcióidők és a technikai képességek nem szolgálják azt. A csapat első edzőtáborán és versenyén jól dolgozott, jó, de javítandó a csapatszellem, a fegyelem nem minden körülmények között volt elfogadható. Utóbbi megállapítás akkor igaz, amikor nincs közvetlen közelükben a csapatvezető, vagy felelős személy. Irányított munkánál kifogástalan a válogatott tagjainak munkája.

Óriási eredmény, hogy a válogatott minden tagja eredeti és zömében vadonat új felszereléssel rendelkezik, melyekkel minőségi munkát lehet folytatni mind versenyzőnek, mind edzőnek. Köszönet érte a szülőknek és a kluboknak.

Haza indulás két csapattal:

I csapat: 2007. 04. 08. vasárnap este, 20:30., érkezés Agárd, 04. 09. 03:30.

II. csapat: 2007. 04. 09. hétfő reggel, 9:00, érkezés Agárd, 15:40.

A válogatott számára adott MVSZ támogatási pénzek kiosztásra kerültek:

-10 fő, fejenként 18 000 HUF--edzőtábor támogatás

-4 fő, a válogató verseny első 4 helyezettje: fejenként 22 000 HUF.--verseny támogatás

-a fennmaradó kiadásokat a klubok és a szülők biztosították.

Készítette: Timár Péter, edző

Kelt: Agárd, 2007. 04.23.