

Správa zo sústreďenia CTM ZO Adamov 8.-10.11.2024

Sústreďenie bolo organizované pre členov CTM, zúčastnilo sa 11 pretekárov ZO, 3 pretekári CTM Stred a 3 dospelí ako realizačný tím:

SKS: Ján Dokupil, Ema Jonášová, Zina Máčajová, Hana Máčajová (náhradník za Daniel Šmelík-chorý)

FBA: Filip Bukovác, Tomáš Kasza, Lukáš Bukovác, Boris Kocúr, Tereza Kendrová

SPE: Daniel Nemček, Matej Balogh

CTM Stred: Nina Jurčíková, Maja Volkova, Maxym Volkov

Technické zabezpečenie: Alena Bukováková, Maroš Bukovác, Alexander Volkov

Z dôvodu využitia práce trénerov a boli prizvaní aj pretekári z FBA, ktorí trénovali na svojich tratiach s využitím ks.

Ubytovaní sme boli v Ubytovni Svýcarna, so zabezpečenou stravou. K dispozícii sme mali aj malú telocvičňu.

Počas celého sústreďenia sme mali slnečné počasie s nadpriemernými teplotami a tak sme mohli absolvovať všetky pripravené tréningy bez akýchkoľvek obmedzení.

Pretekári CTM boli rozdelení do 2-3 výkonnostných skupín a pre jednotlivé skupiny bolo pripravených 5 mapových tréningov:

- NOB (Vranov u Brna)
- Long (Klepačov)
- Kombotech (Křtiny)
- Krátke postupy (Hoštenice)
- Motýliky (Ochoz u Brna)

Pre tých, ktorí odbehali všetky tréningy v najvyššej náročnosti bolo v lese pripravených 103 kontrol.

Na NOB boli v lese odrazky, na ostatných tréningoch boli pripravené podmienky v zmysle pravidiel OB: kontrolné stanovište bolo v teréne označené veľkým lampiónom s SI jednotkami.

Nikto nebol zranený, všetci pretekári absolvovali všetky tréningy (s výnimkou Maťa Balogha, ktorý nebežal NOB).

Pretekári dostali pred každým tréningom pokyny, akým spôsobom absolvovať trať a na čo sa zamerať, všetky tréningy boli s nimi analyzované.

Telocvičňu sme využili na piatkový a sobotný spoločný večerný strečing. V sobotu sme pretekárov oboznámili so všetkými dostupnými informáciami o EYOC 2025 - možnými typmi terénov (ukážky máp embargovaného priestoru) a oboznámili ich s typmi kondičnej aj mapovej zimnej prípravy na toto podujatie.

Cieľom sústreďenia bolo oboznámiť pretekárov s priestormi EYOC 2025, dať im náhľad o ich aktuálnych mapových schopnostiach v týchto typoch terénov.

Napriek tomu, že okrem NOB boli všetky tréningy na SI krabičky a pretekári dostali ich výsledky, nebudeme ich zverejňovať, nakoľko sústreďenie malo čisto prípravový charakter.

Pretekári ich majú analyzovať ešte so svojimi osobnými trénermi a čerpať z nich pri zostavovaní zimnej prípravy.

Plán sústreďenia bol naplnený a veríme, že prispel k motivácii do tréningov a rastu výkonnosti zúčastnených pretekárov.

11.11.2024

Za CTM ZO spracovala: Alena Bukováková