Beszámoló
A Junior Lány válogatott VB felkészüléséről és VB szerepléséről

1. Célok
	1. Az előző szezon végén bízott meg az Elnökség a junior lány válogatott edzői feladatainak ellátásával. A megtisztelő feladat nagy kihívást jelentett, mivel az előző lány válogatott (aki az előzőnél átlagosan 7 évvel idősebb) magasra tette a mércét. A cél, amit kijelöltünk nem is lehetett más, mint az építkezés és a hosszabb távra történő tervezés. Emellett persze cél volt a Világbajnokságon való tisztes helytállás is.
2. Alapozás
	1. A munkát az előző idény végén a bővebb keret kijelölésével és a jelenlegi szezon megtervezésével kezdtük. Egy bővebb keret kijelölése után – mely alapvetően 2 klub, az UTE és a WSC fiataljaiból állt össze -, egy alapozó edzőtáborral indult a felkészülés. Kiemelt figyelmet fordítottunk a fizikai, a technikai felkészülés mellett a csapat formálására is. Ez végig fontos szerepet játszott a végleges VB-re utazó keret kijelölésében is. Itt derült ki, hogy a csapategység megteremtése érdekében több tehetséges játékos a csapatba nem kerülhetett be, illetve kimaradt a csapatból. Még az alapozó időszakhoz tartozott a Zoetermeer-i edzőtábor, a Szezonnyitó verseny és az UTE Kupa is.
	2. Ezt az időszakot is és az egész felkészülési időszakot is a két szinten folyó munka jellemezte, azaz egyrészt a válogatott edzésein, másrészt 2 különböző klub keretein belül folyt a felkészülés. Az UTE klubedzéseit én irányítottam, míg a WSC (később Vasas SC) klubedzéseit Bodor Gábor. Szerencsére zökkenőmentes volt az klubedzések és a válogatott edzések összehangolása.
3. Kiválasztás
	1. A szezon eleji fizikai és jeges felmérésnek az volt a célja, hogy a játékosoknak ne csak a képességeit és az aktuális felkészülési szintjét tudjuk nyomon követni, hanem a fejlődését és a tudatos munkáját is.
	2. Ennek megfelelően alapvetően 3 szempont határozta meg a kiválasztást:
		1. az aktuális tudásszint
		2. fejlődés lehetősége, a szorgalom
		3. a csapatba történő beilleszkedés
	3. A végleges kiválasztás november végére történt meg:
		1. skip: Biró Bernadett
		2. vice skip: Joó Linda
		3. second: Dobor Regina
		4. lead: Biró Blanka
		5. tartalék: Nagy Laura Karolina
4. Felkészülés
	1. A felkészülés során a munkát együtt végeztük Jakab Zoltánnal. Zoli több évtizedes edzői gyakorlattal rendelkezik nemcsak a curling, hanem más sportágak területén is. Curlingesként több alkalommal a felnőtt férfi válogatott edzőjeként is dolgozott és hosszú évek óta irányítja az Endhunters csapatának a felkészülését. Elhivatottsága, nagy gyakorlata, pozitív személyisége óriási segítséget jelentett.
	2. A felkészülés során a Hollandia edzőtáboron kívül heti 2 alkalommal történő jeges edzés, heti 1 alkalommal történő fizikai edzés, Hollandiai edzőtábor, prágai WJCT verseny, 4 hazai verseny, hazai edzőtábor, berlini nemzetközi verseny jellemezte a munkát.
	3. Komoly fejlődést sikerült elérni a lányok technikai tudásában, fizikai állapotában és a játékukban is, annak ellenére, hogy életkorukból adódóan még hullámzó teljesítményt mutatnak még jelenleg is.
5. Világbajnokság: Dél-Korea 2017. február 16-26.
	1. Az utazó kereten kívül részt vett a VB-n rajtam kívül Jakab Zoltán is, és elkísérte a csapatot több szülő. Már az utazás előtt egyeztettük a szülőkkel, hogy a csapat napi rutinjában ne vegyenek részt, a legfontosabb ugyanis, hogy a csapat tagjai a közös munkára és csak a VB-re koncentrálhassanak. Ez viszonylag jól is sikerült.
	2. A világ élcsapatai között a mi lányaink több dologban is „kilógtak a sorból”.
		1. 4-5 évvel alacsonyabb volt az átlagéletkoruk, mint a többi csapat átlagéletkora
		2. A **külsőségekben is kilógtunk a sorból**, amin mindenképpen változtatnunk kell a jövőben: A többi csapat egységes utazó felszerelésben volt végig a VB alatt: Egységes dzsekijük volt (nem a playing uniformra gondolok), egységes szövetségei sporttáskában vitték a felszerelésüket, szövetségi bag egészítette ki a felszerelésüket (a mi szövetségi bag-ünk helyett egy kölcsön baggel utaztunk, mert a szövetségi bag teljesen szét van szakadva, alkalmatlan a felszerelés repülőgépen való biztonságos szállítására). A jégen ellenfeleink egységes és gyakran nemzeti színeket tartalmazó seprűkkel játszottak, még az időmérő óráik, cipőik, zoknijuk, ruházati kiegészítőik is egységesek voltak, a banketten egységes gálaruhájuk volt szövetségi kiegészítőkkel, stb. Bár mi is az előírásoknak megfelelő ruhában játszottunk, mégis rossz érzésünk volt a pályán kívül. Javaslom, hogy a Szövetség a világversenyekre egységes felszereléseket vásároljon a válogatott sportolóinak, ebben is próbáljunk igazodni a magukra büszke élcsapatokhoz.
		3. A mérkőzéseket tekintve: a Kanada elleni kezdeti megilletődöttség után, sikerült felvennünk a ritmust a többi csapattal. Skócia, USA, Korea, Oroszország ellen szoros meccseink voltak, gyakran közel álltunk a győzelemhez is. Ez meglepte az ellenfeleket, de a kulcs pillanatban talán a mi lányainkat is. A törökök elleni meccsen végül sikerült győznünk, ami lélektanilag is sokat számított a lányoknak és persze az edzőknek is. Svédország jelenleg jóval magasabb szinten áll hozzánk képest, ez az ellenük játszott meccsen is érezhető volt. Japán az utolsó mérkőzéseire feltámadt, és stabil játékkal végül egy szintén jó mérkőzésen fölénk kerekedett. Egyáltalán nem játszottunk a vesztes meccseinken sem alárendelt szerepet.
		4. Összeségében elégedett vagyok a VB-n nyújtott szereplésünkkel. A vártnál jobb eredményt értünk el, amit nem csak a törökök elleni mérkőzésre értek, hanem a többi meccsen nyújtott teljesítményünkre is. Nem tartom bajnak, hogy jövőre a B csoportban kell küzdenünk. Ott reményeim szerint több sikerélményben lesz részünk, ami sokat számít, a következő évben vélhetően tovább fogunk fejlődni és nem lesz olyan csapat, akitől félnivalónk lenne. Itt a cél már lehet a feljutás, és ennek megfelelően kell a következő idényre felkészülnünk.

Rókusfalvy András
Budapest, 2017. március 12.