Tájékoztató az Ifi Lány csapat VB-re történő felkészüléséről

A csapat 2018 január 3-11 között vesz részt a finnországi B csoportos Junior Világbajnokságon.

Az Ifi lány csapat gyakorlati felkészülése gyakorlatilag az előző szezon végén egy felméréssel indult. Ennek alapján határoztuk meg a nyári szünetben elvégzendő feladatokat, ami alapvetően az állóképesség növelésére irányult.

Az állóképességi felmérés megismétlődött augusztus végén is, az új szezont egy edzőtáborral indítottuk közvetlenül a pálya nyitása után.

Korán kiderült, hogy összesen 5 személyre lehet számítani az ifi korosztályban, akik a csapatot alkotni fogják: Biró Berni, aki érettségi előtt áll, a vegyes párosra és a klubcsapat szereplésre szeretne koncentrálni, Micheller Dóri a Team Palancsa csapatában szeretne játszani kizárólag és Balladik Bereniké abbahagyja a curlinget, más sportot választ inkább.

A felkészülési programunkban heti 2 jeges edzés mellett a csapat tagjai további heti csapatedzéseken vettek részt saját egyesületükben is, illetve gyakorlatilag mindannyian vegyes páros edzéseket is bevállaltak, ami az egyéni technikai fejlődésük szempontjából fontos volt.

A felkészülési koncepció az volt, hogy az edzések mellett elsősorban hazai versenyeken vegyen részt a csapat, így részt vettek a Szezonnyitó Kupán, a Hétfői Kupán, az Évzáró Kupán is elindulnak, emellett egyesületi csapatukkal részt vettek az UTE Kupán és a Magyar Kupán is. A B csoportos Vegyes Páros Bajnokságban Nagy Laura kivételével mindegyik ifi lány elindult és szépen szerepeltek.

Külföldi versenyként Prágában az EJCT sorozatban elindultak, ahol vegyes eredményt értek el. Győztek a spanyol csapat ellen viszont kikaptak 2 cseh és a szlovák csapattól is.

A tanulságokat levontuk: a koncentráció fenntartása az egyik legfontosabb feladat a hátralévő időszakra, a technikai hiányosságok javítása és az egész versenyen a meccsekre való fókuszálás. Ebből a szempontból a szülők (a legjobb segítő szándékuk ellenére) „aktív” jelenlétükkel elvonják a gyerekek figyelmét a versenyről a következő meccsekre való mentális felkészülésről.

A hátralévő időszakban a heti edzéseken kívül az Évzáró Kupán való részvétel várható (közben meccselemzések), majd a 2 ünnep között még egy rövid edzőtábor december 27-28-án.

Nehézséget jelent, hogy olyan is előfordult, hogy egyszerre 3 edző foglalkozott egy gyerekkel (vegyes páros, klubedző, válogatott edző), ezért fontos volt, hogy különösen technikai kérdésekben összehangoljuk a munkánkat az edzőkkel (Girling, EndHunters).

A csapat tagjai:

Skip: Joó Linda
Vice skip: Dobor Regina
Second: Biró Blanka
Lead: Nagy Laura
Tartalék: Nagy Laura

A csapatnak a VB-n nincsenek vérmes reményei, de a cél mindenképpen a tisztességes helytállás, ami azt jelenti, hogy a meccseknek legalább 50%-át nyerjük meg.

Azt tudni kell, hogy a csapat legidősebb tagja is 16 év alatt van és egy olyan korosztályban kell helytállni, ahol 21 év a korhatár. Ugyanakkor az előny lehet, hogy gyakorlatilag ugyanez a csapat Koreában már megmutatta, hogy szoros meccseket tud játszani, sőt győzni is tud még ennek a korosztálynak a legjobb csapatai ellen is.

Rókusfalvy András

2017. november 29.