Beszámoló a 2020 Junior A csoportos Világbajnokságról,

a junior lány válogatott szerepléséről

A B liga negyedik hely után hazaérkeztünk és a jövő évet is átbeszéltük. A VB B liga után a lányoknak az iskolában volt sok feladatuk, illetve készültek a YOG-ra, így megállapodtunk abban, hogy a januárt kicsit könnyebben vesszük edzések szempontjából. Év végén azonban jött a hír, hogy a Kínaiak visszalépésével esélyt kaptunk a 2020-as, Krasnoyarsk-i VB A ligás szereplésre. Természetesen nem sokat gondolkodott rajta a csapat, azonnal igent mondott mindenki a lehetőségre.

Összesen 6 hetünk maradt a felkészülésre melyből 3 hetet hiányzott Nagy Laura és Joó Linda is a YOG-os szereplés miatt. Sajnos az egészségi állapotuk sem volt megfelelő, mindenki betegeskedett ebben az időszakban, melyet a kialakult nemzetközi helyzet sem segítette, hiszen tudtuk, hogy lázasan nem lehetett ebben az időszakban külföldre utazni. Moszkvában vették ezt nagyon komolyan, így elsődleges szempont volt, hogy az állapotuk jó legyen az utazás kezdetéig.

A lány válogatott a finnországi VB-re a gyakorlati felkészülését 2019 májusában kezdte meg jelenlegi összeállításban, ezt a VB A-liga időpontjáig, lényegében folytatták is. A két edző - Jakab Zoltán és jómagam, Nagy Gyöngyi – mellett az erőnléti edző, Dobor Lia Dorisz is folytatta velük a munkát.

A csapat célkitűzését közösen határoztuk meg, közös döntés volt a cél, mely az A ligában maradást fogalmazta meg.

A csapat összetétele:

Joó Linda – skip (16)

Dobor Dia Regina – vice skip (17)

Nagy Laura (17)

Nagy Laura Karolina (15)

Bartalus Anna (18)

Edzők: Jakab Zoltán, Nagy Gyöngyi

***Felkészülés:***

A felkészülésünk tavaly május óta gyakorlatilag folyamatosnak tekinthető a januári nehézségek ellenére is.

A nyári és versenyszezon időszakában személyi edzővel dolgoztak a lányok, irányított kondi edzéseik voltak, emellett kardió edzéseket végeztek, alkatuknak és sérüléseiknek megfelelően. Részt vettek váltó futáson, futóversenyen is.

Ebben a szezonban három EJCT versenyen is részt vettünk, Prága, Glasgow és Thun volt a célállomás. A versenyeken több A ligás ellenfelet is megismerhettünk, játszottunk is Svájc, Norvégia és Svédország válogatott csapatai ellen.

***Verseny:***

A február 15-23 között Oroszországban, Krasnoyarskban zajló A csoportos Curling Világbajnokságon 10 női csapat indult, ahol az alapszakaszban szám szerint kilenc 10 end-es mérkőzést kellett megvívniuk a lányoknak. A csapat bár rutinos versenyzőkből állt - a kijutást ugyanez az összetételű csapat vívta ki - mégis ez a terhelés új volt számukra, hiszen a versenyen hat nap alatt kilenc 10 end-es mérkőzést kellett vívni komoly ellenfelek ellen, mely fizikálisan és mentálisan is extra nagy terhelést jelent.

A versenyt megelőzően, február 14-én volt edzés lehetőség, de mivel a jég folyamatosan változhat, ezért rendszeresen igénybe vettük az éjszakai, 10 perces edzéslehetőségeket, a játékosokat váltva, minden meccs előtt megnézhettük a következő mérkőzés pályáját.

A mérkőzések előtt a WCF szabályoknak megfelelően 2 draw dobást kellett teljesíteni, a B ligához hasonlóan. A WCF szabálya szerint nincs tie-break, hanem az egymás elleni eredmények és a DSC eredmények döntenek a sorrendben és a továbbjutásban is.

Az alapszakasz első mérkőzését az előző VB A győztesei ellen, az *oroszok* ellen vívtuk.Ezen a mérkőzésen még érződött a megilletődöttség és az átállás okozta nehézségek. Nem is igazán ment jól a játék, vereséggel zártuk a mérkőzést.

Sajnos ez a megilletődöttség folytatódott *korea* ellen, akik ellen már kicsit jobban kezdtünk, de aztán nem nagyon hagytak kérdéseket bennünk sajnos.

Nagy Laura itt már nem érezte jól magát, visszajött a korábbi megfázása, így orvoshoz is kellett vinni. Ez a tartalék bevonását jelentette, így Bartalus Anna állt be a következő két mérkőzésre.

A *svájciak* következtek, akikellen játszhattunk már korábban is, így tudtuk, hogy nem könnyű ellenfelek. A mérkőzés elején tartották magukat a lányok, de aztán sajnos elvesztettük a fókuszt és végül kikaptunk.

A *dánok* elleni mérkőzésen is nehezen kezdtünk, nem is igazán tudtuk érvényesíteni az akaratunkat a pályán, így itt is vereséggel zártunk.

Sajnos ezután a mérkőzés után Dobor Dia Regina fájlalta a térdét. Erről a sérülésről tudomásunk volt korábban is, amit Regi tudott is kezelni. Az extra terhelés azonban nem tett jót neki, így a következő mérkőzésen őt ültettük le, hogy ne legyen nagyobb probléma belőle.

A *kanadaiak* következtek, akiknél nem igazán volt kérdés a meccs kimenetele. Ami ezen a mérkőzésen kiemelkedően említésre méltó, az a kanadaiak sportszerűsége és a helyzethez való hozzáállása. A teljes mérkőzés alatt komolyan vettek bennünket, mint ellenfeleket, bár vezettek ellenünk, de végig úgy álltak a meccshez, mint bármely, számukra nehezebb ellenfelekhez.

A *lettek* ellen ismét az alapcsapat játszott, ebben a mérkőzésben nagyon bíztunk, hiszen a VB B ligában nagyon szorosan zártuk a találkozónkat. Itt sem jött meg még a jó játék, sajnos el is jött egy mélypont a csapatnál.

Nagy Laura továbbra sem volt igazán jól, így a *norvégok* ellen Bartalus Annával állt ki a csapat. A norvégok ellen, bár kicsit más összeállításban, de játszottunk korábban is. Ez a mérkőzés már azt a tudást mutatta, amit a lányok tudnak játszani komoly ellenfelek ellen, itt már jobban ment a játék. Szoros is volt a mérkőzés, végül a norvég skip utolsó kövével megnyerte a meccset. A győzelem itt néhány cm-en múlt.

A *svédek* következtek, ahol ismét az alapcsapat játszott. A svédekkel korábban találkoztunk már ebben az összeállításban, ahol szoros meccset játszottunk ellenük. Itt is jó játékot mutatott a csapat, szoros volt a mérkőzés. Végül egy kis szerencsével, utolsó kővel nyertek a svédek. Az utolsó draw egyértelműen gyors dobás volt, de a kő ráment valamire, így végül jobb helyre érkezett, mint a mi kövünk.

Végül a *japánok* következtek, akik nagyon jó formában voltak, négy közé is jutottak. Ezen a mérkőzésen Nagy Laura Karolinát pihentettük. Sajnos ezen a mérkőzésen sem tudtunk nyerni.

***Eredményeink:***

*Alapszakasz eredmények*

Oroszország – **Magyarország** 10-4Dél-Korea – **Magyarország** 7**-**1Svájc – **Magyarország** 10**-**2Dánia – **Magyarország** 10-4Kanada – **Magyarország** 12**-**4Lettország – **Magyarország** 11-3Norvégia – **Magyarország** 5**-**4Svédország – **Magyarország** 9-8Japán – **Magyarország** 7-2

***Alapszakasz eredmény:***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Mérkőzés | Győzelem | Vereség |  |
| **1** | **Korea** | 9 | 9 | 0 | Q |
| **2** | **Kanada** | 9 | 7 | 2 | Q |
| **3** | **Oroszország** | 9 | 6 | 3 | Q |
| **4** | **Japán** | 9 | 5 | 4 | Q |
| 5 | Svájc | 9 | 4 | 5 | DSC 40.06cm |
| 6 | Dánia | 9 | 4 | 5 | DSC 75.52cm |
| *7* | *Lettország* | *9* | *4* | *5* | *DSC 88.21cm* |
| *8* | *Norvégia* | *9* | *3* | *6* | *w1* |
| *9* | *Svédország* | *9* | *3* | *6* | *w0* |
| *10* | *Magyarország* | *9* | *0* | *9* |  |

A kínaiak visszalépésével, illetve a jövő évi, rendező jogán való részvételükkel, idén négy csapat esik vissza a B ligába.

***Végeredmény:***

1. **Kanada**
2. **Korea**
3. **Oroszország**
4. **Japán**

***Összegzés***

A célkitűzés a tisztes helytállás és az A ligában maradás volt. Mindenképpen fontosnak tartottuk a tapasztalatszerzést illetve a játékosok teherbírásának vizsgálatát. A csapat nagyon együttműködő volt, tisztességgel álltak oda minden mérkőzés elé, bár sokszor ez nem volt könnyű feladat. Nagyon sokat beszélgettünk és tanultunk az adódó helyzetekből. Az A-liga tapasztalata szerencsére egyértelműen meghozta a motivációt, tudjuk, hogy miben kell fejlődnünk. A lányok hozzáállása dicséretes volt, az akarással nem volt baj, a jövőben a rutin megszerzése lesz nagy feladatunk

Néhány megjegyzést, tapasztalatot azért kiemelnék az elmúlt időszakból:

* Korábban is kiemeltem, de most is fontos a folyamatos fejlődés fenntartására kell nagy hangsúlyt fektetnünk a jövőben, mely lehetőség szerint, korosztályuknak megfelelő versenyeken való részvételt, illetve a most látott hiányok, taktikai, technikai fejlesztések kiértékelését és azok jövőbeli javítását jelenti.
* A megfelelő versenyeken való részvétel megszervezését időben el kell kezdeni, elsősorban az EJCT versenyek tudják biztosítani ezt a fejlődést. Ezekre a versenyekre általában már a nyár folyamán jelentkezni kell, mely versenyek igen hamar betelnek, hiszen 12-16 indulót fogadnak általában. Számunkra így jelentősége van annak, hogy az indulás joga minél hamarabb kiderüljön, arról nem is beszélve, hogy az itthoni versenyekkel is össze kell hangolni a felkészülést.
* Nagyon fontos számukra a tervezhetőség, hogy tisztában legyenek azzal, hogy az iskolában mikor és hogyan tudnak teljesíteni, ott is van rengeteg programjuk, akár hétvégén is. Ráadásul jövőre két érettségiző is van a csapatban. Ebben a Szövetség és az Edzők között szerintem érdemes lenne egyeztetni, hogy például ne 2 nap alatt kelljen egy nemzetközi versenyről döntenünk az Országos Bajnokság rovására. (Megjegyzem nagyon jó lehetőség számukra, de mégis nagy dilemmát okozott a csapaton belül.)
* Az idei évben azt is tisztán láttuk, hogy a lányok terhelhetősége véges, bár lelkesednek minden versenyért, szakágért, de az iskolai elfoglaltságaik, a sok hiányzás nagyon nagy terhet tesz rájuk. Ebben Nagy Laura is és Joó Linda erősen érintett, még az osztályozó vizsga lehetősége is fennáll náluk.
* Mivel igen kevés a játékos, ezért nagyjából minden versenyen ugyanazoknak a junioroknak kell helytállniuk. (EYOF, YOG, VB B, VB A, VP egyéb) ezért a jövőre nézve javasolnám, hogy hangoljuk össze ezeket a versenyeket, felkészüléseket, hogy hatékonyabbak tudjunk lenni mi is az adott versenyeken. Úgy gondolom ez közös érdek.

Nagy Gyöngyi

Krasnoyarsk, Oroszország, 2020. február 25.