

Edzői beszámoló WWhMDCC 2023.03.04-12, Richmond Canada

Előkészületek:

A világbajnokság előtt a szűkös anyagi lehetőségek miatt január és február hónapban összesen 19,5 óra jeges edzést, 5 óra mentális foglalkozást és 20 óra fizikai edzést tartalmazó programmal készültek a versenyzők. A felkészülési időszakban egy kvalifikációs versenyen négy mérkőzéséből hármat magabiztosan nyerve szerezték meg a világbajnokságon való részvétel lehetőségét. Sajnos forma ellenőrzési mérkőzéseket nem sikerült az idő rövidege és a felkészülési pálya terheltsége miatt beiktatunk. A technikai, taktikai, fizikai felkészítést Rozgonyi Gergely, míg a mentális felkészítést Moravcsik-Fecskés Orsolya végezte. A felkészülést nehezítette mind a versenyzők, mind a felkészítők számára a hiányzó anyagi források előteremtésével járó kudarcok, bizonytalanság.

Utazás, pregame practise és alapszakasz előtti feladatok:

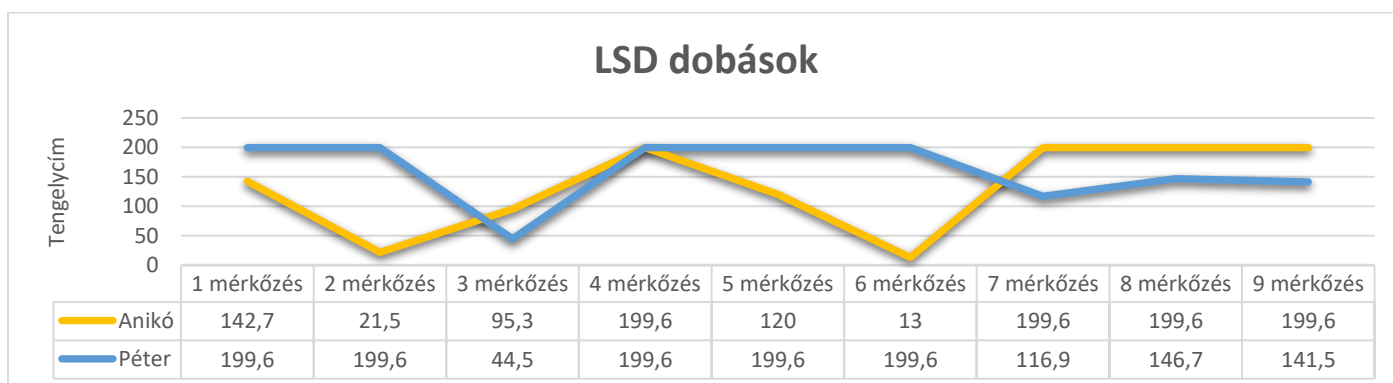
Korábbi tapasztalat hiányában utazott tengerentúlra a csapat, de szerencsére nem jelentkeztek problémák sem az utazás alatt sem azt követően. Az időeltolódáshoz gyorsan alkalmazkodva team meetingen vett részt a csapat. Majd egyenruha ellenőrzés után dobópálca-fej próba és jeges gyakorlás volt a program a világbajnokságon az alapszakaszt megelőzően.

Alapszakaszi mérkőzések:

Az alapszakaszban a 10 párosból álló A csoportban zajlottak a mérkőzések 7 napon keresztül. Ez önmagában óriási kihívást jelent formában tartás szempontjából mind a versenyzőknek, mind a támogató csapat számára. Jellemzően napi egy mérkőzést vívtunk.

A mérkőzések előtti bemelegítések alkalmával sikerült a pályák változásait felmérni a versenyt megelőző jeges gyakorlások tapasztalataihoz képest.

A mérkőzéseket megelőző LSD dobásoknál hullámzó teljesítményt mutattak a játékosok.



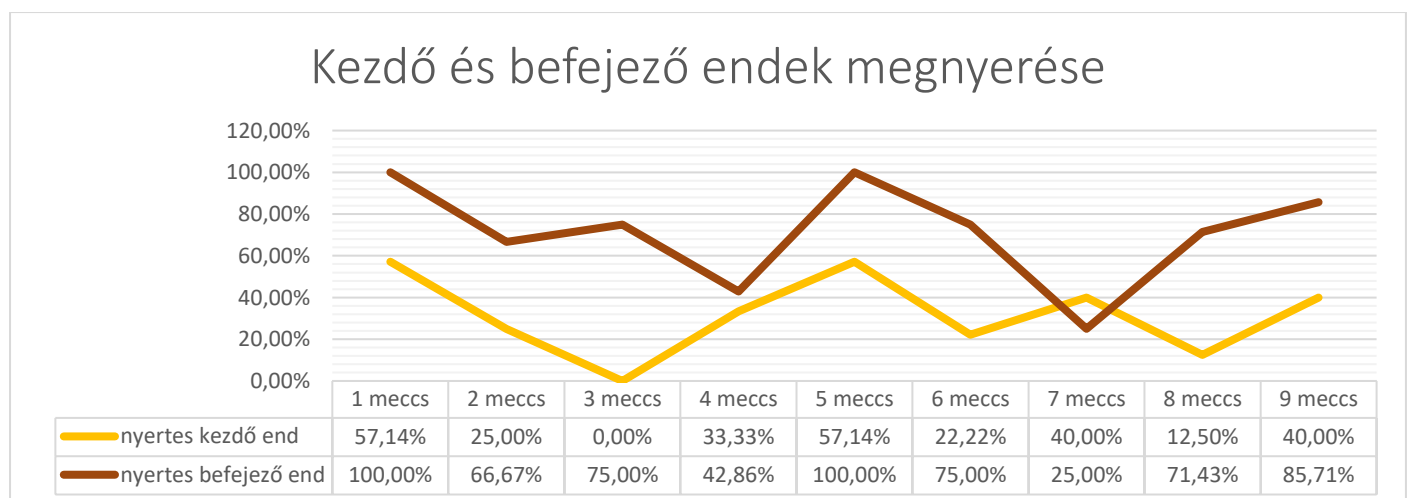
A mérkőzések szoros küzdelmekkel, váltakozó eredményességgel zajlottak az első 5 nap folyamán – egy győzelem után egy vereség váltotta egymást- a hatodik versenynapon a veretlen csoportelsővel játszott mérkőzésen kiváló kezdéssel és koncentrációval folytatódott a szereplésünk. Sajnos a Paralimpiai csapat curling aranyérmekkel dúsan rendelkező kínai páros tudott fordítani a mérkőzés állásán. A power play játékuk után nem tudtuk megtartani a koncentrációt és nem bírtuk el a nyomást – a saját power play játékunkat ellopva – nem tudtuk a befejező játékokban pontokat szerezni. Lélektanilag meghatározó fordulóponthoz értünk, egyre nőtt a nyomás a játékosokon - a továbbjutásért mindent nyerni kell- és a holtversenyben mellettünk lévő csapatok nem hibáztak. Az utolsó előtti mérkőzést 5 pont hátránnyal kezdtük az odáig nem remekelő lengyel csapat ellen. Edzői utasításra power play játékkal sikerült visszajönni a meccsbe és az ellenfél power play játékát is ellopva haladt a páros előre. 7-6-ra felhozott állásnál lengyel befejező játékrész döntötte el a mérkőzést, ahol egy újabb mélypont miatt nem sikerültek az ütések és győzött a lengyel páros.

Az utolsó mérkőzést a csoport negyedik helyéért játszottuk. A második endet követően megbiztos játékkal megszereztük a győzelmet. Öt csapatos holtverseny alakult ki a negyedik helyen így az LSD dobások átlagai alapján rangsorolták a csapatokat, ahol az átlagunk 135.56cm csak a harmadik legjobb volt így az A csoportot 6. helyen zártuk.

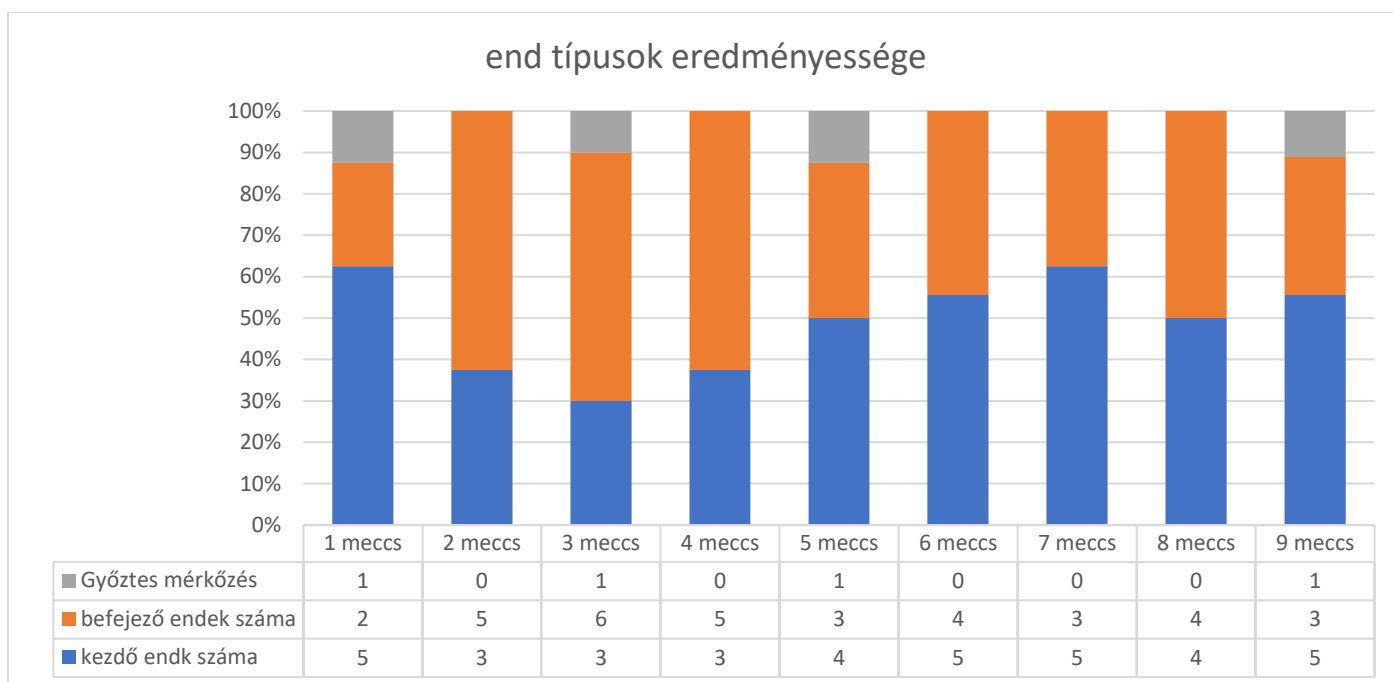
Értékelés:

A világbajnokságon felvett adatok elemzéséből látszik, hogy az alábbi pontokat kell fejleszteni a következő kontinens viadalra készüléskor:

- formaidőzítés
 - a két hónap jeges felkészülés nem elegendő
 - minimum 3-4 felkészülési torna lenne ideális - külföldi csapatok részvételével-
 - különböző minőségű, tulajdonságú pályákhoz való alkalmazkodás gyorsítása
 - minimum 8-10 endes mérkőzések
- befejező játék felépítésének fejlesztése



- kezdő játék felépítésének átstrukturálása



- mentális felkészítés
 - folytatni kell az elkezdett programot - nélkülözhetetlen a jó eredmény elérése érdekében
 - mentális állóképesség fejlesztése
 - nagyban rontja a teljesítményt a növekvő győzelmi kényszer
- technikai elemek pontosítása, tudás fejlesztés
 - új dobástechnika elsajátítása (top 6 csapat dobástechnikája)
- eszközök fejlesztése
 - új dobópálcák vétele indokolt
 - technikai eszközök (pl. kamera, elemző software) beszerzése szükséges
- anyagi források növelése
 - a jelenlegi források nem teszik lehetővé a 12 hónapos felkészülést
 - a felkészülési tornák forrás igényesek

Köszönet nyilvánítás:

Köszönjük az EMMI / MPB anyagi támogatását, az MCSZ szakmai, és anyagi segítségét, és Nagy György pályatulajdonos kedvezményes pályahasználati támogatását! Nagy köszönet a PTSE elnökének Németh Krisztina Máriának a felkészüléshez nyújtott anyagi támogatásért, illetve köszönet a támogatóknak a versenyzéshez nyújtott anyagi támogatásért.

Tatabánya, 2023. március 27.

Rozgonyi Gergely