

V Račicích 29. dubna 2019

Světoví experti přednášeli Labské akademii veslování

Tříletá snaha projektu Labské akademie veslování zaznamenává významné výsledky. Víkendová mezinárodní konference veslařských expertů za účasti několika slavných es světové veslařské scény v račickém areálu Labe arény Ústeckého kraje jen potvrdila správný směr metodiky odpovídající aktuálním trendům ve světě.

Konference se zúčastnilo víc než padesát veslařských trenérů a odborníků z Česka i Německa, včetně Dušana Macháčka, předsedy Českého veslařského svazu. Jim přednášeli přední odborníci, kteří tu pak absolvovali další pracovní workshopy.

„Taková akce je fantastický nápad, speciálně pomůže trenérům, kteří ještě nejsou na vrcholné úrovni, aby pochytili nějaké podněty,“ ocenil **Terry O’Neill** z Nottinghamu, bývalý trenér britské reprezentace, který má za sebou tři olympiády a v 76 letech ohromné vědomostní zázemí.

A pak přidal další postřeh, prověřený mnoha lety zkušeností: „Už výběr členů do týmu je složitý a dá se rozdělit na dvě části: Jedna zahrnuje fyzické, technické či psychické schopnosti, ta druhá ale i to, jak daný jedinec pracuje ve skupině, jak získává sebevědomí a tak dále. U některých sportovců dochází po nominaci do týmu k uspokojení a poklesu výkonnosti. Je proto potřeba nastavit sebevědomí sportovců ve skupině tak, aby se tomu předešlo.“

Proslulý německý stavitel lodí **Klaus Filter**, bývalý přední veslař, oceněný za zásluhy o veslování mezinárodní federací FISA, mluvil o vývoji sportu. „Princip veslování zůstává přibližně stejný. Jediné, co se mění, je větší počet záběrů, jemuž jsme schopni uzpůsobit nové a nové lodě. Je ale potřeba si uvědomit, že veslař a loď jsou jeden systém a jedno bez druhého nemůžete zlepšovat.“

Léta se živil stavbou lodí, později pracoval pro mezinárodní federaci FISA. „Naplněvalo mě to mnohem více než práce pro německý svaz. Po rozpadu Německa jsem šel spíše vlastní cestou,“ dodal muž, který se věnoval i WinTech závodům v USA.

Světově známý ruský biomechanik **Valerij Klešněv** pracoval pro řadu špičkových veslařů včetně britské reprezentace, pomáhal i Mirce Knapkové, vede platformu BioRow. „Nejdůležitější je samotná práce veslařů či jejich trenérů. Pokud nebudete mít motivaci se zlepšovat, ustrnete na jistém stádiu vývoje a neposouváte se dál,“ připomenul jednoduchou pravdu.

Kolik procent z celkového výkonu veslaře podle něho tvoří správná biomechanika? „Někde to mohou být dvě, jinde tři, ale může se to vyšplhat až k pěti. Na druhou stranu to ale může být pět procent i v negativním smyslu. Pokud se na biomechaniku nenahlíží jako na komplexní činnost mnoha faktorů, mohu z vlastní zkušenosti potvrdit, že to jde i do mínusu.“

Zároveň pak vypíchl roli sportu ve společnosti bez ohledu na absolutní výsledky. „Podívejte, pro mě je hlavním krédem veslování, aby tento sport vytvářel silné charaktery u mladých lidí. Tak to alespoň bylo za mých mladých let. Vrcholný podnik jako olympiáda je bohužel až příliš provázaný s politikou a vše se měří jen na základě peněz a medailí. Tahle cesta se mi moc nelíbí.“

Trenérka **Daniela Nacházelová** představila videa s metodikou LAV. „Snažíme se ukázat, jak vést správný trénink. Důraz klademe na počáteční převrácení dětí do vody tak, aby se zbavily strachu a mohly se dál ve své činnosti jen zlepšovat.“

Pak přidala své zkušenosti ze studia v USA a spolupráce s německými veslaři. „Němci jsou pořád napřed. Mají zkušenosti čtyřiceti let systematické práce, výborné trenéry, dobré podmínky a jsou za nimi výsledky. Větší pozornost k atletické přípravě u nich vychází především od učitelů tělocviku, ale stejnou měrou i od trenérů veslování, kteří by se u nás v té všeobecné přípravě měli ještě určitě dovzdělávat.“

Prezentace saské zemské trenérky **Regine Riessové** představila komplexní strukturu úspěšného veslování v jedné ze spolkových zemí Německa, nabídla pro srovnání výkonnostní limity z testů mládežnických kategorií i jejich přesné tréninkové plány.

V kuloárech probíhaly po celý den neformální rozhovory. Další německá trenérka **Heike Wiednerová** z Pirny se podělila o zkušenosti s výchovou mládeže. „Primární je, aby bylo veslování pro děti zábavou, aby dělaly jakýkoliv sport a rozvíjely tak svou osobnost.“

Ocenila i spolupráci s českými veslaři z Ústeckého kraje. „Je to velmi přínosné. Kluby mají mezi sebou navzájem hodně dlouhé přátelství a jezdit na závody se zahraniční (českou) konkurencí je pro ně velmi motivující. Na úrovni nejmladších kategorií jsme na tom podobně, řekla bych. Mezi juniory (15-18 let) je to ale v Česku už hodně zaměřené na sílu a veslování, kdežto v Německu se mládež doplňkově věnuje mnohem více lehké atletice a přes zimu plave nebo lyžuje.“

Michal Kurfirst, ředitel Národního olympijského centra vodních sportů a Labe arény Ústeckého kraje, zhodnotil konferenci takto: „Bylo pro nás obrovskou ctí probrat výsledky našeho tříletého bádání s významnými osobnostmi světového veslování. Potěšilo nás, že jsme sladili pohled na přípravu s nejmodernějšími trendy a potvrdili to i světoví experti. Moderní cesta přípravy sportovců se musí vypořádat s tím, jak se mění celá společnost. Začínají už osmileté děti, ale především si hrají a všestranně se rozvíjejí. K systematickému tréninku veslování dospívají postupně až někdy ve dvanácti, klidně i šestnácti letech.“

Labe aréna Ústeckého kraje je od roku 2015 Národním olympijským centrem vodních sportů (NOCVS). Projekt Labské akademie veslování patří společně se školní ligou Česko vesluje k aktivitám, kterými se Labe aréna Ústeckého kraje podílí na rozvoji sportu v Ústeckém kraji, zejména sportování dětí a mládeže.

Projekt "**Labská akademie veslování**" (číslo projektu: 100270029) je realizován díky programu na podporu přeshraniční spolupráce mezi Českou republikou a Svobodným státem Sasko 2014-2020 v rámci cíle "Evropská územní spolupráce". Na projektu spolupracuje na české straně [Labe aréna, z.s.](#), [TJ KVS Štětí, z.s.](#) a na německé straně [Landesruderverband Sachsen, e.V.](#) a [Pirnaer Rudervereien 1872 e.V.](#)

Více informací na www.labearena.cz

V případě zájmu o bližší informace kontaktujte:

Tomáš Nohejl
Labe aréna, z.s
tel: +420 773 407 114
tonohejl@gmail.com

Michal Kurfirst
Národní olympijské centrum vodních sportů, z.s
tel.: +420 777 335 335
michal.kurfirst@labearena.cz