

Správa zo sústreďenia

- Názov** : EJU OTC „Going for Gold“
- Dátum a miesto** : 10.-16.6.2014, Minsk - Stayki (BLR)
- Zúčastnení** : Marek Matuszek, Milan Randl, Matúš Milichovský – VŠC Dukla,
Filip Štancel, Peter Žilka – NŠC
- Program** : po nástupe začínal každý tréning 10 minútovou rozcvičkou a 10 minút uči komi
- 11.6. 17:00 2x5' ne waza + 5x5'tachi waza
- 12.6. 11:00 2x5'ne wazw + 8x5' + 1'(2) tachi waza
17:00 2x5'ne waza + 5x5'+ 1'(3) tachi waza
- 13.6. 11:00 3x3'ne waza + 6x5'tachi waza
16:00 – 18:00 sauna
- 14.6. 11:00 4x3'ne waza + 5x5'tachi waza
17:00 2x3'ne waza + 6x5'+1'(3) tachi waza (Miňo nezápasil postoj – seknutý chrbát)
- 15.6. 11:00 3x3'ne waza + 5x5'tachi waza
17:00 2x5'ne waza + 5x5'+1'(3)tachi waza (Matúš – boľavé rameno, Peter – prepáčený lakeť, Filip – narazený palec - nezápasili postoj)

Každé ráno sme boli o 8:00 na rozcvičke, zabehli sme si 2 km a potom sme strečovali.

15.6. po skončení tréningu sme vyrazili na cestu domov a do Banskej Bystrice sme dorazili 16.6. o 11:00.

Na sústreďenie sme mali letieť zo Schwechatu cez Moskvu už 10.6. v noci, prílet do Minska bol o 10 :00 hod. Z dôvodu, že sme nemali vybavené ruské tranzitné víza nás nepustili do lietadla a museli sme sa z letiska vrátiť domov. Na druhý deň sme zabezpečili vozidlo z Dukly a o 15:00 hod bol odchod z Banskej Bystrice. Do tréningového centra Stayki sme dorazili 11.6. o 08:00 hod. Pretekári mali doobeda voľno a začínali sme tréningom o 17:00 hod.

Pri kupovaní leteniek cez agentúru Settour som žiadal, aby mi vyhľadali priamy let z dôvodu nedostatku času na vybavenie ruských tranzitných víz. Odpísali mi, že v prípade keď prilietame aj odlietame z toho istého letiska, tak tranzitné víza nepotrebujeme a poslali mi letenky cez Moskvu. Už som kontaktoval predajcu leteniek a žiadal som o náhradu škody. Vyjadrenie by my mali dať v priebehu najbližších dní.

Marek Matuszek