



SLOVENSKÝ ZVÄZ VZPIERANIA

Junácka 6, 832 80 Bratislava

SPRÁVA REPREZENTAČNÉHO TRÉNERA K MS

7.-17.12.2021 TAŠKENT, UZBEKISTAN

Košice, 21.12.2021

Ing. Štefan Gribanin

1. Záverečná nominácia na MS

Záverečná nominácia bola uzavretá v zložení:

Nina Rondziková; h.k. 76 kg

Nikola Seničová; h.k. 81 kg

Lenka Žembová; h.k. 87 kg

Štefan Gribanin, Štefan Korpa - tréneri

2. Cesta na MS

Cesta na MS prebiehala večerným letom z Budapešti 9.12. do Istanbulu a následným prestupom do Taškentu, kde výprava priletela 10.12. ráno. V Budapešti nastal menší problém, keď Lenka Žembová pre snehovú kalamitu nestihla oficiálne uzatvorenie check-in. Našťastie tréneri vybavili v kancelárii leteckej spoločnosti Turkish Airlines osobitné vybavenie batožiny Žembovej a pretekárka mohla odletieť. Domov sme pôvodne mali odletieť všetci spoločne 16.12., no pre posuny súťaží odletela dvojica Gribanin/Žembová o deň neskôr.

3. Organizácia MEJ

Po organizačnej stránke prebehli MS v režime, na aký sme počas pandémie už zvyknutí. Testovania, rúška v súťažnej a tréningovej hale a prísnejšie kontroly časov tréningov pre konkrétne výpravy. Ubytovanie a strava na dobrej úrovni. V tréningovej hale sme museli väčšinou klamať a hrať sa na iné národnosti, pretože kontrolovali pri vstupe krajiny, ktoré mali v danom čase podľa harmonogramu trénovať. Nám však tento harmonogram, vzhľadom na časy vystúpení našich pretekárk nevyhovoval, tak sme potrebovali trénovať v iných časoch. Súťažná hala bola pripravená veľkolepo a napriek pandémie usporiadatelia pripravili veľkolepé MS.

4. Vystúpenie slovenských pretekárov

Prvá nastúpila na svoju súťaž 14.12. Nina Rondziková v B-skupine h.k. do 76 kg. Tesne pred MS sme sa s pretekárkou a osobným trénerom zhodli na zmene hmotnostnej kategórie zo 71 na 76 kg, čo sa ukázalo ako správny krok, pretože s takýmto výkonom by paradoxne v nižšej kategórii skončila až o 10 miest nižšie. S výkonmi 88 kg v trhu a 108 kg v nadhode skončila na 12.mieste zo 16 pretekárov. 12.miesta obsadila aj v jednotlivých disciplínach. Pretekárka predviedla 5 platných pokusov a napriek tomu, že prekonala v príprave korunu, tak sa priblížila k osobným rekordom.

Ďalší deň štartovala Nikola Seničová v h.k. do 81 kg. Táto váhová kategória bola špecifická tým, že v nej ubudlo z pôvodnej štartovky najviac pretekárk a ako jediná h.k. na celom šampionáte mala len A-skupinu. Výkony 93 kg v trhu a 113 kg v nadhode stačili na 9.miesto. Tretie pokusy na 97 kg a 117 kg pretekárka nezvládla pre technické chyby. Ak by zvládla jeden z tretích pokusov, obsadila by 8.miesto. U pretekárky sme zvolili nižšie základy na istotu,

pretože v minulosti jej dvakrát v tom istom meste a v tej istej hale nevyšla súťaž a bolo na nej vidieť nervozitu pred súťažou. V príprave mala po ME U23 problém s bolesťami lakt'ov, čo jej na pohode nepridalo. Napriek profesionálnemu výkonu bolo u nej po súťaži vidieť sklamanie.

Posledná z našej výpravy nastúpila 16.12. najmladšia pretekárka Lenka Žembová v h.k. do 87 kg. Pretekárka mala pred súťažou problémy s bolesťami lýtok a záver prípravy nebol ideálny. Po vynikajúcom základe na 88 kg v trhu 2x nezvládla pokus na 91kg pre technické chyby. V nadhode mala ťažký už základ na 105 kg, ktorý posudzovala jury, no nakoniec jej ho uznali. Pretekárka prekvapila druhým, úspešným a vydretým pokusom na 108 kg. Tretí pokus na 111 kg nečakane premiestnila, dokonca vyrazila, ale dostala tzv. motáka a činka jej spadla. 13.miesto z 18 pretekárov považujem na jej minimum skúseností za úspech.

Záverečné hodnotenie

MS 2021 dopadli na papieri vynikajúco. Treba však povedať, že pre pandémiu a dátumu 5 mesiacov po OH bola účasť značne menšia. Budúci rok by boli na MS tieto umiestnenia pri začatí novej OH kvalifikácie obrovským úspechom. Pretekárky podali výkony na úrovni ich aktuálnych možností a každá z nich pristupovala profesionálne. Všetky tri si nomináciu na MS zaslúžili a v budúcnosti sú schopné podávať väčšie výkony, preto boli tieto MS dôležité už len z pohľadu zbierania skúseností.