

Poročilo trenerja za sezono 2018

Zima2018

V zimskem času se v KKK Bohinj pridno pripravljamo na novo sezono. Za aerobne treninge nam je bila lanska zima naklonjena in debela snežna odeja je kot nalašč za nabiranje kondicije v naravi. Veliko tečemo na smučeh, hodimo v hribe, smučamo in uganjamo različne vragolije na snegu.

V januarju in decembru smo enkrat tedensko hodili na plavanje v bazen v Radovljico, kjer imamo tudi pomoč plavalnega trenerja.

Tekmovalno smo v zimskem času dejavni malo manj, vseeno pa se v tem času odvija zimski pokal.

Lani smo nastopili na tekmi v plavanju in teku v Kopru, v teku na smučeh smo tekmovali v okviru zimskega tabora na Pokljuki, ki ga prireja kajakaška zveza, odpovedana pa je bila tekma v oviratlonu. Letošnje leto smo tekmi v plavanju in teku izpustili, saj je bila v času naših zimskih priprav v Franciji, nastopili smo v teku na smučeh, veselimo pa se oviratlona, ki bo 9. Marca.

Dobro smo izkoristili tudi zimske počitnice. Medtem ko je pet članov in mladincev s trenerjem Miho Kordežem odpotovalo na dvotedenske kajakaške priprave v Sabavdio, smo mlajši trenirali v Bohinju. Nekateri tudi po dvakrat na dan, tako da smo opravili veliko količino treninga. Za najmlajšo skupino smo izvedli tek na smučeh, nočni pohod in alpsko smučanje. Tri dni smo gostili tudi kajakaške prijatelje iz Mosta na Soči, ki so spali pri naših tekmovalcih, čez dan pa smo opravljali skupne treninge.

Marca na kajakaških pripravah – Novigrad

Prvi dan nas je v Istri pričakal veter in dež, nato so bile razmere v naslednjih dneh veliko bolj ugodne in zastavljeni program smo lahko izpeljali v celoti. Priprave smo izvedli skupaj s kajakaškimi kolegi iz Mosta na Soči, skupaj nas je bilo 15. Bivali smo v hotelu blizu morja, večino treningov pa smo opravili v kanalu reke Mirne. Veslali smo vsak dan dvakrat, starejši tudi trikrat, ob enem pa opravili še nekaj suhih treningov v hotelu in v naravi.

Velikonočni vikend

Za začetek kajakaških tekem smo se udeležili 2 in 5 kilometrske preizkušnji v Monfalcone, Italija. Cilj na tekmi je bil predvsem lep in sproščen uvod v kajakaško sezono, kar nam je tudi uspelo. Urška Mustar in Jan Markelj sta dobila zlato kolajno.

Izbirne tekme za mesta v reprezentanci

Lani je kajakaška zveza tekme za izbor v reprezentanco organizirala v Zagrebu. Na Jarunu tekmovalo 11 naših mladincev in članov. V lepem in vročem vremenu so se v idealnih razmerah tekmovalci pomerili na 200, 500 in 1000 metrske preizkušnji. Med člani se je v reprezentanco z drugim mestom na 200m uvrstil Rok Šmit. V mladinski konkurenci so vsi trije naši upravičili vloge favoritov. Taja Smukavec je zmagala na vseh treh razdaljah. Med mladinci je na 200m zmagal Miha Fartek, Jan Markelj je bil drugi. Na 500 metrske razdalji sta zamenjala mesti, Jan Markelj pa je bil najhitrejši še na 1000 metrov. Manca Mikelj je bila na 200m druga. 5 naših članov je zasedlo mesta v reprezentančnih selekcijah.

Zagrebski Jarun je gostil tekmo v spomin Matije Ljubeka

Nastopalo je 11 naših tekmovalcev. Konkurenca je bila na visokem nivoju, nastopalo je 28 klubov iz 6 držav. Naš najboljši je bil Jan Markelj, ki je zmagal v enojcu na 1000 in 500, z Maticem Ajdičem sta bila v dvojcu obakrat tretja. Drugi sta bili v dvojcu Urška Mustar in Eva Arh. Prav tako Manca Mikelj, ki je veslala z Nejo Vodopivec iz Mosta na Soči.

SLO pokal

V Žusterni je potekala prva tekma za SLO pokal. Na koncu je sledila še zakasnela podelitev za skupni seštevek zimskega pokala, kjer je Urška Mustar zasedla prvo mesto.

Druga tekma je potekala v Brestanici. Pod gradom Rajhenburg so se tekmovalci merili na razdalji 1000 metrov.

Kronometer na Mostu na Soči, po navadi pokaže dejansko pripravljenost kajakašev.

4. tekmo v Ankaranu so organizirali klub Orka

Cicibani so se merili na razdalji 200 metrov, vsi ostali pa na 500 metrov. Bohinjci smo zelo uspešno nastopali.

Omenimo 4 predstavnike, ki so prvič nastopali na morskih valovih.

Državno prvenstvo v kajak maratonu na domačem jezeru

Na praznično sredo smo v Bohinju organizirali Državno prvenstvo v maratonu za mladince/ke in člane/ce. Mlajše kategorije so se pomerile na krajših razdaljah za tekmo SLO pokala, rekreativci so veslali na 12. Bohinjskem kajakaškem maratonu. Potekala je tudi tekma v SUP na 2 in 5 km.

OŠ DP v Velikem kanuju

Lahko bi rekli slab začetek odličen konec. Zjutraj smo namreč ugotovili, da nam manjkajo trije člani posadke in skoraj smo ostali brez druge ekipe. Druga ekipa, ki smo jo sestavili tako rekoč tik pred odhodom je pokazala dobro veslanje in za 3 sekunde zgrešila napredovanje. Na koncu so zasedli 15. mesto. V izločilnih bojih je nato prva ekipa najprej zmagala v polfinalu. Nato pa dvoboj, ki je štel za uvrstitev v veliki ali mali finale, v našo korist. V velikem finalu so naši nastopili zares odlično, premagali domačine in zaslužno osvojili prvo mesto in OŠ naslov državnih prvakov v velikem kanuju.

Divjevodaški Tabor v Tolminu

Teden na Soči nam je zaradi pestrosti programa minil kar prehitro. Vreme je bilo sicer za taborjenje bolj muhasto, vendar toliko bolj prijetno za opravljanje treningov. Preveslali smo precejšen del reke Soče. V zgornjem delu smo se učili veslanja po valovih in brzicah. Na Mostu na Soči pa skrbeli za nabiranje vzdržljivosti in tehnike veslanja na mirni vodi.

Mirnovodaški tabor v Velenju za desetko

Prav vsi smo se strinjali, da je letošnji tabor na mirnih vodah v Velenju zaslužil najboljšo možno oceno. Naših otrok je bilo kar 16, zelo so uživali in se veliko novega naučili, trenerji so pohvalili organizacijo in prenesli veliko znanja na vse otroke.

Capris 2018 in izbirna tekma za Olympic Hopes

Prejšni vikend so v Žusterni organizirali močno mednarodno tekmovanje v kajak sprintu na 200 in 500

metrov. Nastopali so tekmovalci iz Italija, Slovaške, Srbije in Slovenije. Za 15, 16, in 17 let stare mladince je regata štela tudi za izbor na prestižno tekmovanje Olympic Hopes 2018

Zmajčkov pokal 2018

Za odlično vzdušje na Ljubljani je poskrbela krasna preizkušnja v spretnostnem kajakaškem poligonu, odlična organizacija KKK Ljubljana in velika udeležba otrok iz vseh kajakaških klubov. V popoldanskem programu so bili na sporedu Zmajevi čolni. Tekmovanje je bilo zelo zabavnega značaja, tekma je štela za državno prvenstvo v Dragon boat-u, kjer smo zasedli 7. Mesto

Državno prvenstvo v sprintu v Radečah ima [samostojno poročilo](#).