

ZIEDOTĀJU APLIS

Idejas iesniedzējs	Kaspars Pakers, Vidzemes sporta asociācija
Novads, pilsēta	Valmiera



Īsumā: Airēšanas slaloms ir tehniski sarežģīts sporta veids, kur nozīme ir ne tikai sportistu fiziskajai sagatavotībai, bet precizitātei mutuļojošā straumē. Teju ikdienu Valmieras Kazu krācēs redzam trenējamiem jaunos airētājus, kuri gūst labus rezultātus Eiropas līmenī. Lai tuvotos mērķim – dalība Tokijas Olimpiskajās spēlēs – un nestu Valmieras vārdu pasaulē, treneris Kaspars Pakers aicina atbalstīt inventāra iegādi rūpīgai treniņu analīzei.

Projekta būtība

Gaujas Kazu krācēs ik dienu trenējas airēšanas slaloma sportisti – jaunieši no Valmieras un tuvākās apkārtnes. Jaunie atlēti jau vairākus gadus uzrāda augstus sniegunumus un ir vieni no vadošajiem sportistiem Baltijas un tuvākās Eiropas līmenī. Latvijas olimpiādes medaļnieku treneris Kaspars Pakers norāda: "Airēšanas slaloms ir ekstrēmais sporta veids, kas prasa fizisko sagatavotību." Intensīvi treniņi sākas no 12 gadu vecuma, kad jaunieši ir spējīgi uztvert fizikas likumu sakarības un spēj analizēt straumi.

Kaspars komandā pulcējas aptuveni 20 atlētu, kuri aktīvajā laikā gatavojas sacensībām līdz pat 2 reizēm dienā gan uz ūdens, gan attīstot fizisko spēku treniņu zālē. Tomēr ar spēku vien nepietiek, lai izcīnītu uzvaras augsta līmeņa sacensībās. Tam nepieciešama precizitāte, vadot laivu mutuļojošā un krācainā straumē. Airēšanas slalomā trasē viena no būtiskākajām vietām, kurā var iegūt vai zaudēt laiku, ir pretstraumes vārti. Treneris Kaspars uzsver, ka nozīme ir katrai niansei – smailītes pozīcijai pret ūdeni, virzības trajektorijai, atlēta auguma pozīcijai un virknei citu nosacījumu.

Piedaloties airēšanas slalomā, jaunieši attīsta disciplīnu, mērķtiecību un gūst iespēju pierādīt sevi. Tā ir iespēja apgūt ūdens stihiju un drošību uz ūdens. Lai arī pirmajos treniņos piedalās liels skaits jauniešu, daudzi pamet nodarbi pie pirmās apgāšanās, saskaroties ar spēcīgāku straumi. Ne visi spēj pieņemt straujo ūdeni, ekstrēmos momentus, pārvarēt bailes, sadzīvot fiziski un psiholoģiski ar mainīgajiem apstākļiem.

Neskatoties uz to, ka treniņos pamatā ņem vērā individuālo sniegunumu, tomēr jaunieši iemācījušies strādāt komandā, uzņemoties rūpes viens par otru. Treniņos valda draudzīgums, labestība un īstens komandas gars, lai sasniegtu augstākus rezultātus.

2000 eiro nepieciešami treniņu analīzes inventāra iegādei. Jau krietnu laiku starptautiskā arēnā viena no efektīvākajām metodēm airēšanas tehnikas un taktikas uzlabošanā ir savu sportistu un sāncensu filmēšana. Neatsverama ir nofilmētā materiāla kopēja izskatīšana audzēkņiem un trenerim, kas ērti, kvalitatīvi un, galvenais, detalizēti izdarāma, izmantojot projektoru. Tādēļ tiks iegādāta videokamera, projektoru un ekrāns.

Rūpīga treniņu analīze videoierakstos palīdzēs labāk uztvert trenera norādījumus un apgūt tehnikas, kā konkurēt ar labākajiem sportistiem, lai jau 2020. gadā pārstāvētu Valmieru un Latviju Tokijas Olimpīādē.

2017. gada nogale

