

Kiir- ja tõkkejooksu alarühma aruanne 2010.a II kvartali tegemistest.

1. Võistlustegevus. Hooaja esimesed võistlused (mis olid ühtlasi Euroopa võistkondlike MV valikvõistlusteks) kahjuks möödusid väga kehvades ilmastikutingimustes. Siit minu arvamus edspidiseks – Eestis pole mõttekas alustada võistlushooaega maikuus, esimesed võistlused (Kuldliiga etapid) korraldada 5.juunist alates. Vaatamata keeruliste tingimuste said vastavalt kehtestatud reglemendile koostatud koondis probleemideta.

Võistlus Budapestis kujunes oodatult raskeks. Euroopa MV aastal olid riikide koondised väga hoolikalt valmistunud ning võistluse tulemuste üldine tase kõrge.

Alarühma naiste esinemine oli igati tubli, edukam oodatust:

- Maris Mägi võitis 400m jooksu.
- G.Šadeiko püstitas 100m jooksus isikliku rekordi, J.Meriküll 100mtj ja H.Mardiste 400mtj hooaja parimad tulemused.
- Tubli oli 4x400m teatenaiskond, jäädes ainult 1 sekundi kaugusele Eesti rekordist. D.Must jooksis I etapi 55 sekundi juurde, H.Mardiste läbis oma etapi 54,5 ja Maris 52 sekundiga. Vajalik oleks veel neljandat jooksjat (kes küll on tegelikult ju olemas – K.Balta) ja võime naiskonnaga aasta-kahe pärast rihtida aega 3.34,00 – miks annaks võimaluse võistlemiseks 2012.a EM-l Helsingis. Kindlustunnet sellele mõttele annavad D.Musta ja H.Mardiste tublid isiklikud rekordid Eesti MV-l.
- Kui Bergenis kogus alarühma nasikond 24 punkti, siis Budapestis oli panus 26,5 punkti.

Alarühma meeskonna esinemist saab aga pidada ebaõnnestumiseks:

- Liider M.Niidi olematu jooksuvorm. Palju arutatud ja räägitud probleem – kindlasti valus õppetund edaspidiseks sportlasele, treenerile.
 - Keegi ei suutnud ennast ületada (ehk siiski A.Anipai tubli isiklik rekord 200m jooksus, mis ei toonud aga koondisele rohkem kui 1 punkti).
 - 4x100m teatameeskonna tulemus 41,13 – ei mäletagi, millal selle sekundi sisse sai koondisega joostud. Nooremad mehed ei suuda asendada endisi tegijaid. Vanemtreeneri poolt viimasel hetkel (lähtudes võistlustingimustest) tehtud mõned täpsustused ei õigustanud ennast.
 - 4x400m teatameeskond jooksis ebaõnnestunult. Etappide ajad 47,7 kuni 49,0 olid nõrgad. Sisehooaja tulemuste ja G.Sule väga vesistes ja tugeva tuulega tingimustes joostu põhjal oli igalt jooksjalt põhjust oodata 1 sekundi võrra paremat aega. Taas kasulik õppetund treeneritele treeningmetoodiliste probleemide lahendamiseks – hooaja teise poole langustrend tulemustes. Aga kuna tegemist on noorte jooksjatega, siis ega me niisama jäta ning korralik vigade parandus peab toimuma juba järgmisel aastal – noorsoo EM!
- Bergenis kogusid meeskiirjooksjad koguni 42 punkti, seekord ainult 19 punkti!!!

2. Treeningkogunemised.

Valmistumisel võistkondlikuks EM-ks korraldasime 4x100m teatevõistkondadele ühistreeningud 12.juunil naiskonnaga Türil ja 10.juunil meeskonnaga Tallinnas. Kuna alarühma eelnevatel treeningkogunemistel olen suurt tähelepanu pööranud teatevahetuste harjutamistele, siis seda lihtsam oli tegutseda nüüd. Türil olid veel abiks treenerid L.Soom, A.ja T.Mägi.

3. Lõpetuseks. Meie alarühma kitsas kandepind (või kogu Eesti kergejõustiku?) ei luba tähtsateks võistlusteks valmistumisel teha vigu, möödalaskmisi. Need maksavad kohe ja väga valusalt kätte. Siit kindlasti kasulik materjal valmistumisel järgmise aasta olulisemateks ja laiemateks jõuproovideks – meeskondlik EM, juunioride EM Tallinnas.

Valter Espe
kiir- ja tõkkejooksu alarühma vastutav treener