



Ława. Triathlonowy "brainwash" pod okiem kontrowersyjnego trenera

data aktualizacji: 2015.11.03

Pod koniec października Ławę odwiedził jeden z najbardziej utytułowanych trenerów triathlonu na świecie, Australijczyk Brett Sutton. W trzydniowych konsultacjach z jego udziałem wzięło udział 25 osób, z czego połowa to trenerzy zaproszeni na szkolenie przez Polski Związek Triathlonu.

Brett Sutton, nazywany przez sportowców "The Doc", jest uznanym trenerem triathlonu. Jego metody i filozofia często uznawane są za dość kontrowersyjne, ale o ich skuteczności najlepiej świadczą wyniki podopiecznych trenera. Pod okiem Australijczyka trenowali m.in. Nicola Spring, aktualna złota medalistka Igrzysk Olimpijskich i Chrissie Wellington, czterokrotna mistrzyni świata Ironman Hawaii.

Niedawno, pod koniec października, uznany trener gościł w Ławie. W naszym mieście odbyły się trzydniowe konsultacje z jego udziałem. Uczestniczyło w nich 25 osób.

- Myślę, że dla wielu część lekcji z The Doc poświęcona pływaniu, technice i sprzętowi była rewolucyjna - napisał w podsumowaniu wydarzenia Łukasz Grass, dziennikarz, aktywny triathlonista i założyciel Akademii Triathlonu, największego w Polsce portalu internetowego dla społeczności triathlonowej. - Nie będę opisywał tutaj wszystkich wskazówek, bo po pierwsze zajęłoby to kilkanaście stron, a po drugie właśnie po to organizowaliśmy spotkanie z Suttonem, aby każdy z uczestników indywidualnie otrzymał informację zwrotną, bo, jak powtarzał australijski trener, najważniejsze jest spersonalizowanie treningu.

Fot. Łukasz Grass/FB.

Źródło:

<https://www.infoilawa.pl/aktualnosci/item/48989-ilawa-triathlonowy-brainwash-pod-okiem-kontrowersyjnego-trenera>