

POTEC CAMELIA

Principalele performanțe ale sportivei realizate în precedentul ciclu olimpic, la competițiile internaționale oficiale (Campionate Mondiale, Europene și J.O. Atena 2004)

ANUL 2001 – C.M. FUKUOKA – 22-29 iulie

- 1 loc III - BRONZ - 200m Liber – 1.58.85
- 1 loc VI - 400m Liber – 4.11.67
- 1 loc X - 800m Liber – 8.41.35

ANUL 2002 – C.E.S. BERLIN - 29 iulie – 4 august

- 1 loc II - ARGINT - 200m Liber – 1.57.80 record !
- 1 loc III- BRONZ - 400m Liber – 4.09.49

ANUL 2003 – C.M. BARCELONA – 21-27 iulie

- Nu a participat fiind în tratament medical recuperator (Diagnostic: sindrom subacromial – tendinita cap lung biceps brahial stang).

ANUL 2004 – C.E.S. MADRID – 10-16 mai

- 1 loc I-AUR - 200m Liber – 1.58.20
- 1 loc II-ARGINT - 400m Liber – 4.09.31
- 2 loc III-BRONZ - 800m Liber – 8.37.56
- 4x200m Liber – 8.06.26

- JOCURILE OLIMPICE ATENA 14-21 august

- 1 loc I-AUR - 200m Liber – 1.58.03
- 1 loc IV - 400m Liber – 4.06.34 R.N.

Principalele calități fizice, tehnice, tactice, psihice de care dispune sportiva și care o prezintă drept candidat la cucerirea de medalii și puncte la Jocurile Olimpice de la Beijing 2008.

Sportiva Potec Camelia corespunde modelului somatic al înotatorului de mare performanță în probele de 200 și 400m liber, având o talie de 180cm., o anvergură de 186cm., 61Kg. greutate și cu calități fizice lucrate metodic în antrenamentele pe uscat la simulatorul ERGOSIM, cât și în antrenamentele din apă.

Dispune de o tehnică foarte bună, ceea ce o face să aibă o alunecare deosebită și cu un consum redus de energie, putând termina proba cu un finis deosebit de susținut.

Cunoaște și are experiența abordării probelor cu tactica cea mai eficientă, în funcție de adversare, astfel ca pe finis să atace debordant și să se claseze pe podiumul marilor competiții.

Lucrul efectuat periodic în laboratorul INCS. pe simulatorul ERGOSIM a dus la creșteri de forță și de putere pe partea activă a mișcării de craul, sportiva putând dezvolta pe probele de rezistență (400 și 800m) o forță mai mare.

În prezent sportiva efectuează o mișcare de craul în care parametrii de mișcare pe brațe sunt aproape identici de la o repetare la alta. Acest lucru conduce la o mai mare automatizare a mișcării, fapt care într-o cursă îi dă sportivei posibilitatea de a se concentra mai mult pe modul în care își dozează efortul și pe tactica de cursă.

Din punct de vedere psihologic sportiva dispune de puternice resurse interioare de mobilizare care funcționează ca factori compensatori și determinanți ai performanței sportive.

Se caracterizează printr-o capacitate bună de automobilizare în pregătire și mai ales în perioadele competiționale.

Se remarcă încredere în forțele proprii, aceasta exprimându-se prin perseverență, hotărâre și siguranță în acțiuni.

Se recomandă ca o candidată sigur la cucerirea unei medalii în proba de 200m liber la J.O. Beijing 2008.