

Reprezentačné sústredenie

Lokalita	Portorož (SLO)
Sústredenie	Reprezentačné sústredenie I.
ČTK	
Tréner	Matej Brestovský
Termín	3.-6.2.2022

Číslo	Meno a Priezvisko	Lodná trieda
1	Branislav Opálka	OPT
2	Nikola Kolenčiak	OPT
3	Tamara Brestovská	OPT
4	Tomáš Babinčák	OPT
5	Adam Lichvár	OPT
6	Oliver Brestovský	OPT

Rozvrh dňa:

3.2.2022 11:00-16:00

4.2.2022 10:00-16:00

5.2.2022 10:00-16:00

6.2.2022 10:00-14:00

Zhodnotenie akcie:

Prvého reprezentačného sústredenia v sezóne 2022 sa zúčastnilo 6 pretekárov LT Optimist, ktoré sa uskutočnilo v Slovinskom Portoroži. Veterné podmienky počas celého sústredenia boli slabé. Vonkajšia teplota sa pohybovala na úrovni 10-15°C väčšinou zamračené. Aj napriek nie úplne najlepšiemu počasiu sa nám podarilo odtréňovať 4 tréningové dni, kde sme sa zameriavali hlavne na správnu techniku posedu v lodi, správnu techniku obratu proti vetru a po vetre. Okrajovo sme sa venovali aj nájazdom na náveternú a záveternú bójku. Pretekári boli počas tréningov na vode ale aj na brehu maximálne sústredený na cvičenia, čo im prinieslo výrazné zlepšenie techniky. Hlavne Brani, Nikol, Adam a Tamarka. Počas cvičení zameraných na správnu techniku obratov proti vetru a po vetre a jazde na kurzy, mali možnosť starší pretekári (Oliver a Tomáš) možnosť vyskúšať jazdu s prekrytými očami čo ich donútilo vnímať vietor, rýchlosť a ostrosť lode inými zmyslami. Toto cvičenie chalani zvládli na jednotku, miestami sa k nim pridali aj Adam. Všetci traja prejavili veľkú mieru citlivosti a vnímania lode a vetra ostatnými zmyslami, čo si myslím, že bude mať významný vplyv na ich ďalšie jazdenie. Toto cvičenie sa mi veľmi osvedčilo a budem ho zaraďovať aj do ďalších tréningov.

Celkovo hodnotím výkony pretekárov veľmi dobre, pretože aj napriek nie najlepšiemu počasiu sa dokázali maximálne koncentrovať. Súčasne sa po dlhom čase podarilo zorganizovať spoločné repre sústredenie počas zimného obdobia, ktoré bolo veľmi efektívne.

V Bobrovci 7.2.2022

Matej Brestovský