

Lokálne sústredenie / tréning / LT Optimist
11. a 12. 3. 2023
Senec

Dĺžka trvania: **1 + 0,5 dňa**

Tréner: **Ivo Brachtl**

Účastníci:

1	Brachtlová Vanda
2	Flesarová Karolína
3	Hrušová Dorota
4	Hrušová Gréta
5	Schmidt Monika
6	Skuráková Olívia
7	Wye Olivia
8	Hruša Peter – dosp.

Časový rozpis:

11. 3.	
08:00 – 12:30	Odzimovanie lodí a areálu
12:30 – 13:30	Obed
13:30 – 16:00	Príprava lodí, plachiet, opravy
12. 3.	
09:00 – 10:00	Prvý brífing, príprava lodí
10:00 – 12:30	Tréning na vode
12:30 – 13:00	Debrífing a ukladanie lodí

Zhodnotenie:

Prvé stretnutie v Senci sa nieslo v duchu odzimovávania lodí a areálu. Deti si pripravovali priestor pre lode, vyťahovali móla z garáže, vyberali lode, kontrolovali ich, hlásili nutné opravy, pripravovali si plachty. Pomedzi to sme boli na spoločnom obede. Okrem toho, že každé dieťa spravilo všetko, čo potrebovali pre seba a svoju loď, stretlo sa opäť sa svojimi kamarátmi.





V nedeľu sme sa už dostali aj na vodu. Nie na dlho, ale predsa. Na znovunalaďenie sa na loď to bol optimálny priestor. Stredný, skôr slabší nenáročný vietor a slnečné počasie bolo presne to, čo deti potrebovali na prvý kontakt s vodou a loďou.

Úkony na lodi, ako obraty či halzy boli v kludnom tempe s dôrazom nato, aby si deti spomenuli na správne návyky. Oživenie dobre padlo aj dospelému účastníkovi tréningu.

