

Lokálne sústredenie / tréning / LT Optimist a 420
16. 6. 2024 Senec

Dĺžka trvania: **1 deň**

Tréner: **Ivo Brachtl**

Účastníci:

1	Brachtlová Vanda
2	Dvořák Oliver
3	Hrušová Dorota
4	Hrušová Gréta
5	Menzl Filip
6	Skuráková Olívia

Časový rozpis:

09:00 – 17:00	Príprava lodí, brífing, vyplávanie, tréning na vode up&down, obed, tréning na vode, debriefing, zbalenie lodí.
---------------	--

Zhodnotenie:

Aj dnešný deň nám prišlo počasie. A pretože sme prespali

v Senci a nedochádzali z Bratislavy, mohli sme začať s tréningom skôr. Vietor bol opäť silnejší, Filip jazdil na polovičnej plachte, Grétko s Oliverom na plných plachtách. Napriek silnejšiemu vetru Filipko zvládol jazdiť medzi bójkami na bočný vietor. Oliver s Grétkou jazdili up&down s tým, že sa zamerali na čo najostrejšie stúpanie proti vetru a zorientovanie sa po obrate tak, aby nestrácali zbytočným odpadáním alebo naopak, aby nezastavili pri vyostrení proti vetru.





Po obede sme si vyskúšali niekoľko spoločných cvičný štartov, vždy s jedným kolom a okolo bielej bójky späť ku štartu. Bola to príprava na pomaly sa blížiacu Dunaj regatu na VDG.