

Lokálne sústredenie / tréning / LT Optimist
16. 3. 2024 Senec

Dĺžka trvania: **1 deň**

Tréner: **Ivo Brachtl**

Účastníci:

1	Cocher Johana
2	Kováčová Alžbeta
3	Kováčová Anička
4	Krivosudská Hana
5	Krivosudský Henrich
6	Lazarová Eva

Časový rozpis:

08:30 – 17:00	Brífing. Príprava lodí, vyplávanie. Tréning na vode. Zbalenie lodí. Shadowing počas pretekov. Debrífing.
---------------	---

Zhodnotenie:



Cez víkend prebiehali v Senci prvé tohtoročné preteky, „Prvý vietor“, ktorých sa nováčikovia nezúčastnili ako pretekári, ale „boli pri tom“.

Dopoludnia sme využili pre pretekanie nevhodné veterné podmienky a zopakovali sme si na vode obraty proti vetru.

Keď sa neskôr rozfúkalo a rozhodcovia vyplávali na vodu, zbral som deti na motorák a pozorne sme sledovali, čo sa na vode deje. Vysvetlili sme si, čo je štart, trať, ako sa točia bójky. Pozitívnu správou bolo, že deti sledovali dianie na vode pozorne a pýtali sa.

Na základe poznatkov získaných z pozorovania začneme do tréningov začleňovať prvky odpozorované na pretekoch.

Foto Ivan Hlavanda