

Lokálne sústredenie / tréning / LT Optimist
16. 3. 2025 Senec

Dĺžka trvania: **0,5 dňa**

Tréner: **Ivo Brachtl**

Účastníci:

1	Dvořák Oliver
2	Krivosudská Hana
3	Krivosudský Henrich
4	Lazarová Eva
5	Sedileková Eliška
6	Škripcová Stella

Časový rozpis:

12:00 – 17:00	Príchod, príprava lodí, zoznámenia sa s loďkou, natakélovanie lodí, vyplávanie a tréning na vode, debriefing, obed, zbalenie lodí, návrat do Bratislavy
---------------	---

Zhodnotenie:

Dnešný tréning sme sa spočiatku venovali Eliške, ktorá prišla prvýkrát a po prvý raz sa tiež chystala na vodu.

Vysvetľovanie pre ňu bolo dobrým opakovaním pre ostatných... Budeme si musieť zopakovať

názvoslovie. Hanka predviedla obrat proti vetru na

brehu, Eliška si ho nacvičila a mohli sme vyplávať. Fúkal len veľmi slabý vetrík v nárazoch

najviac do 2 m/s. Bol optimálny pre Elišku, ale prospel aj ostatným, pretože si mohli

pospomínať ako sa obtáčajú bójky. Nešlo ešte o nácvik obtáčania náveternej či záveternej

bójky, ale len o pripomenutie si spôsobu jazdy po trati. Eliška sa držala s ostatnými, naozaj

skvelý výkon. Po návrate návrh sme si spravili debriefing, kde sme si povedali/pripomenuli, čo

to znamená, keď plachta predúva, čo s tým a ako to napraviť.

