

Lokálne sústredenie / tréning / LT Optimist
17. 2. 2024 Senec

Dĺžka trvania: **1 deň**

Tréner: **Ivo Brachtl**

Účastníci:

1	Dvořák Oliver
2	Hrušová Gréta
3	Kováčová Alžbeta
4	Skuráková Olívia

Časový rozpis:

09:30 – 17:30	Dopoludňajšiu časť tréningu sme venovali nácviku na brehu. Popoludní prebiehal tréning na vode.
---------------	--



Zhodnotenie:

Začína to sľubne.

Na prvý tohtoročný tréning v Senci sa dostavili 4 deti. Dvaja nováčikovia a dve už skúsené jachtárky. Začali sme s tréningom na brehu, čo sa ukázalo ako dobrý nápad, pretože po chvíľke sa jedno dieťa priznalo, že počas zimy tie obraty úplne zabudlo. Našťastie nie úplne, rýchlo si spomenulo a mohli sme si popripravovať ostatné lode. Nácvik na brehu využila aj jedna skúsená jachtárka a našla si rýchlejší spôsob robenia obratu, po ktorom treba loď hneď vyvážiť. Pred vyplávaním sme sa išli na chvíľu zohriať dovnútra, kde sme si na videu pozreli ako obraty robia „profíci“. To už ale prišiel čas obeda a vyplávanie sme ešte na chvíľu odložili.

Deti sa poriadne obliekli a išli sme na vodu. Počasie a vietor priali úplným začiatočníkom, ktorí si tak mohli pospomínať ako to na tej vode bolo na jeseň a obnovili si svoj vzťah s loďou a s vodou.

Bolo skvelé, že na vode jazdila s nováčikmi aj skúsená pretekárka, pretože nováčikovia ľahšie prekonali strach z vysadnutie si z lode, keď videli na „tej veľkej“, že to nie je problém.

Slniečko sme využili do poslednej chvíle a na breh sme sa vrátili až tesne pred jeho západom.

Na debriefingu si žiadne dieťa nestážovalo na zimu alebo chlad.

Nováčikovia boli spokojní a páčilo sa im.

Teplota 7- 9°C, sila vetra 1 – 2 m/s, mierna oblačnosť, inak slnečno.