

Lokálne sústredenie / tréning / LT Optimist
20. 4. 2024 Bratislava, Senec, Bratislava

Dĺžka trvania: **1 deň**

Tréner: **Ivo Brachtl**

Účastníci:

1	Dvořák Oliver
2	Krivosudská Hana
3	Krivosudský Henrich
4	Lazarová Eva
5	Vršanský Tomáš

Časový rozpis:

07:00 – 19:00	Celodenné aktivity. Cvičenie, raňajky, brífing cestou do Senca, príprava lodí, nácvik na brehu (Tomáš), vyplávanie, obed, zbalenie lodí, debriefing cestou do Bratislavy, test, večera, spánok.
---------------	--

Zhodnotenie:

Druhý deň sme začali krátko rozcvičkou, raňajkami, a cestou do Senca sme si povedali, čo nás ďalej čaká. Po príchode do Senca si deti pripravili lode a Tomáš v tom čase absolvoval výcvik na brehu. Vzhľadom na to, že po veľmi dlhom čase bol prvýkrát v Senci a v ten deň fúkal trochu silnejšie, nebolo možné aby vyplával. S ostatnými deťmi sme ale išli na vodu s tým, že Evička mala len polovičnú plachtu. Vzhľadom na doterajšie skúsenosti a silu vetra (4-6m/s) sme plávali stredne dlhé „bočáky“, kde sa učili zvládať poryvy vetra (6-7m/s) a udržiavať lode v určenom kurze. Tomáško sledoval kamarátov z motoráku.



Potešiteľné bolo, že deti sa vetra nezľakli a plnili stanovené úlohy. Evička to prežívala ťažšie, ale prekonala sa a tiež všetko zvládla bez akýchkoľvek úľav. Meniaci sa vietro nám dával možnosť spomínať na včerašiu teoretickú prípravu.

Po uložení lodí sme sa vrátili do Bratislavy, kde sme sa naobedovali.





Ešte pred večerou absolvovali malý písomný test. Test som dal aj do rodičovskej skupinky, kde si mohli dospelí vyskúšať, čo sa učia ich deti.

So zaspávaním nebol žiaden problém.

Stúpam čo najostrejšie.
Pred bôjkou sa zmenil vietor
z 1 na 2.
Moja správna reakcia je:

- a. kormidlo mierne k sebe
- b. pritiahnuť plachtu
- c. urobiť obrat

Moja odpoveď je
Select one

☐ a	2
☐ b	1
☐ c	1