

Lokálne sústreďenie / tréning / LT Optimist a LT 420
22. 4. 2025 Senec

Dĺžka trvania: **1 deň**

Tréner: **Ivo Brachtl**

Účastníci:

1	Cocher Johana
2	Kováčová Alžbeta
3	Skuráková Olívia
4	Škripcová Stella
5	Bilak Vitalij

Časový rozpis:

09:30 – 18:00	Príchod, príprava lode, brífing, vyplávanie a tréning na vode, obed, príprava lode, vyplávanie a tréning na vode, zbalenie lodí, debriefing.
---------------	--

Zhodnotenie:

Dnes bol zlomový deň pre Alžbetku. Fúkal stredný vietor, ktorý vnímala spočiatku ako pri silný. Bála sa. Olívia s ňou preto chvíľu jazdila a podarilo sa jej pomôcť Alžbetke prekonať jej neistotu. Odvtedy jazdí Alžbetka sama, nebojí sa vetra, naopak teší sa naň.



Johanka so Stellou pracovali na obratoch v silnejšom vetre. Je pre nich teraz dôležité udržať sa v kurze ostro proti vetru aj po obrate.



Po obede trénovala Olívia spolu s Vitalijom na 420-tke reakcie

kosatníka na zmeny vetra pri stúpaní ostro proti vetru.