

Lokálne sústredenie / tréning / LT Optimist
23. 3. 2024 Senec

Dĺžka trvania: **0,5 dňa**

Tréner: **Ivo Brachtl**

Účastníci:

1	Dvořák Oliver
2	Kováčová Alžbeta
3	Kováčová Anička

Časový rozpis:

08:00 – 13:00	Brífing. Príprava lodí, vyplávanie. Tréning na vode. Zbalenie lodí. Debrífing.
---------------	--

Zhodnotenie:

„Tréning, ktorý sa pôvodne nemal konať“, by mohol byť názov nášho ostatného stretnutia.

Dôvod, prečo sa nakoniec, v prvý prázdninový deň konal, bol záujem zo strany malých jachtárov, ktorému sa dá ťažko odolať. Riško síce nakoniec neprišiel, ale ostatní si to užili.

Nácvik obratov sme vyskúšali tak, že si každý počítal svojich dvadsať obratov počas jazdy proti vetru. Deti naozaj točili a počítali si. Potom sme trénovali udržiavanie pozornosti a sústredenia priamou jazdou na vzdialenejší cieľ. Teplé slnečné počasie a ľahunký vetrík nám vytvorili ideálne podmienky.

