

Lokálne sústredenie / tréning / LT Optimist
25. 2. 2024 Senec

Dĺžka trvania: **0,5 dňa**

Tréner: **Ivo Brachtl**

Účastníci:

1	Hrušová Dorota
2	Hrušová Gréta

Časový rozpis:

10:30 – 15:30	Okrem prestávky na suchý obed tréning prebiehal na vode.
---------------	--

Zhodnotenie:

Citeľne chladnejšie počasie Dorotku s Grétkou neodradilo a skvelo si zajazdili. Vietor zodpovedal ich aktuálnym schopnostiam. Vďaka tomu sa mohli plne venovať, spočiatku spomínaniu si na obraty z minulého roka, ale veľmi skoro už ich skutočnému trénovaniu.

Dorotka na Optíku prakticky rok nejazdila, ale zorientovala sa veľmi rýchlo. Cestu na a zo zadného jazera sme využili na tréning stálej

pozornosti potrebnej na udržanie maximálnej rýchlosti lode pri meniacom sa smere a sile vetra.

Vďaka maminým palacinkám sme sa obedom veľmi nezdržali a skoro sme sa vrátili na vodu.

Teplota 5 - 7°C, sila vetra 4, v nárazoch 6 m/s, mierna oblačnosť, inak slnečno.

