

Lokálne sústredenie / tréning / LT Optimist
31. 8. 2024 Senec

Dĺžka trvania: **1 deň**

Tréner: **Ivo Brachtl**

Účastníci:

1	Dvořák Oliver
2	Klimková Viktória

Časový rozpis:

10:00 – 18:00	Príprava lodí, brífing, vyplávanie, tréning na vode, obed, tréning na vode, zbalenie lodí, debriefing.
---------------	--

Zhodnotenie:

Dnešný tréning bol v užšej zostave v slabom vetre, ale vo veľmi príjemnom slnečnom letnom počasí.

Po prvýkrát sa tréningu zúčastnila Viky so skúsenosťami z letných táborov s Mišom Andelom. Spolu



s Oliverom nacvičovali obraty proti vetru, popoludní sme pridali obtáčanie záveternej bójky, kde



naopak sme sa učili obrat hneď neurobiť. Bude dôležité tento nácvik urobiť s celou skupinkou, pretože začiatočník, keď vidí bójku, pociťuje povinnosť urobiť obrat 😊

