

Lokálne sústredenie / tréning / LT Optimist a LT 420
3. 5. 2025 Senec

Dĺžka trvania: **1 deň**

Tréner: **Ivo Brachtl**

Účastníci:

1	Dvořák Oliver
2	Kováčová Alžbeta
3	Kováčová Anička
4	Krivosudská Hana
5	Krivosudský Henrich
6	Lazarová Eva
7	Sedileková Eliška
8	Skuráková Olívia
9	Škripcová Stella
10	Wye Olivia
11	Bilak Vitalij
12	Barka Filip

Časový rozpis:

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

Zhodnotenie:

Dnes sme povytahovali z hangáru prakticky už všetkých plavby schopných optimistov. Na rozdiel od



včerajšieho, takmer individuálneho tréningu, dnes bolo záujemcov dozvedieť sa niečo nové viac. Začali sme preto

nácvikom na brehu kde si mal každý vyskúšať „choreografiu“ prechodu na druhú stranu pri obrate s náklonom. Potom sme si to jeden po druhom vyskúšali s tým, že loď som stále držal pri môle v rukách. Nakoniec sme vyplávali a každý si to skúšal už na vlastnej lodi. Po

obede sme sa venovali aj plavbe na cieľ na väčšie vzdialenosti.

Lodná trieda 420 mala na tréningu



viac posádok. Zatiaľ sme to riešili tým, že sa chodievali k motoráku vymieňať. Po prvýkrát spolu vyplávali Vitalij, ako kormidelník s Filipom na kosatke.

