

Lokálne sústredenie / tréning / LT Optimist
5. 4. 2025 Senec

Dĺžka trvania: **1 deň**

Tréner: **Ivo Brachtl**

Účastníci:

1	Cocher Johana
2	Klimková Viktória
3	Klimko Jakub
4	Kováčová Alžbeta
5	Kováčová Anička
6	Krivosudská Hana
7	Krivosudský Henrich
8	Sedileková Eliška
9	Škripcová Stella

Časový rozpis:

09:00 – 17:00	Príchod, príprava lodí, vyplávanie a tréning na vode, obed, vyplávanie a tréning na vode, zbalenie lodí, debriefing, návrat do Bratislavy.
---------------	--

Zhodnotenie:

Po príchode bola hladina zrkadlovo rovná prichystali sme si lode a siedmi hneď s prvými závanmi vetra vyplávali na vodu. Olívia



Skuráková, ktorá sa s plným nasadením ujala úlohy asistentky trénera nacvičovala s Aničkou a Jakubkom obraty na brehu. Vietor postupne zosilňoval a začínajúci pretekári strácali istotu. Blížiaci sa obed bol pre mnohých vytúženou prestávkou. Ešte pred obedom sme s Olíviou zobrali na vodu Jakubka, ktorý to s polovičnou plachtou zvládol a bol inšpiráciou pre zneistených. Vietor v priebehu dňa stále silnel, popoludní to bolo oveľa náročnejšie ako pred obedom. Skúsenejší jazdili sami, Alžbetka s Eliškou a s Aničkou sa striedali na loďke s polovičnou plachtou. Ukázalo sa to ako dobré rozhodnutie, dievčatá získali sebavedomie a verím, že im to už vydrží.

Jazdili sme síce čiastočne krytí brehom, ale bafy dokázali poriadne potrapiť. Viki jeden takýto súboj prehrala, ale ako vidíte na fotke, zobrala to s úsmevom.

Veľmi príjemným prekvapením

bola pomoc od Karolíny Flesarovej, ktorá sa úplne sama, bez požiadania, aktívne zapájala a pomáhala s tréningom.

