

Lokálne sústredenie / tréning / LT Optimist a 420
7. 9. 2024 Senec

Dĺžka trvania: **1 deň**

Tréner: **Ivo Brachtl**

Účastníci:

1	Brachtlová Vanda
2	Dvořák Oliver
3	Klimková Viktória
4	Krivosudská Hanka
5	Krivosudský Henrich
6	Menzl Filip
7	Skuráková Olívia
8	Škripcová Stella

Časový rozpis:

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

Zhodnotenie:

Dnešný deň sme využili skvele večerné podmienky a nacvičovali sme v sústreďenie počas dlhých plavieb do zadného jazera a naspäť. Cieľom bolo , aby deti vedeli

udržať pozornosť pri plavbe jedným smerom. V tomto veku sa totiž často stáva, že sa

„zabudnú“ a úplne zídu zo zamýšľaného smeru.

Silnejší vietor pomohol v tom, že jedna cesta

Tam a späť netrvala príliš dlho a nezačala ich

nudiť. Pred obedom aj poobede sme absolvovali

celú trať dvakrát s tým, že tí najrýchlejší sa

niekoľkokrát vrátili za posledného a pokračovali.



Bol to rýchly a aj fyzicky náročnejší tréning, ktorý však deti bavil a mal zmysel.



Vanda s Olíviou

trénovali balónovanie.

