

Lokálne sústredenie / tréning / LT Optimist
09. 9. 2023
Senec

Dĺžka trvania: **1 deň**

Tréner: **Ivo Brachtl**

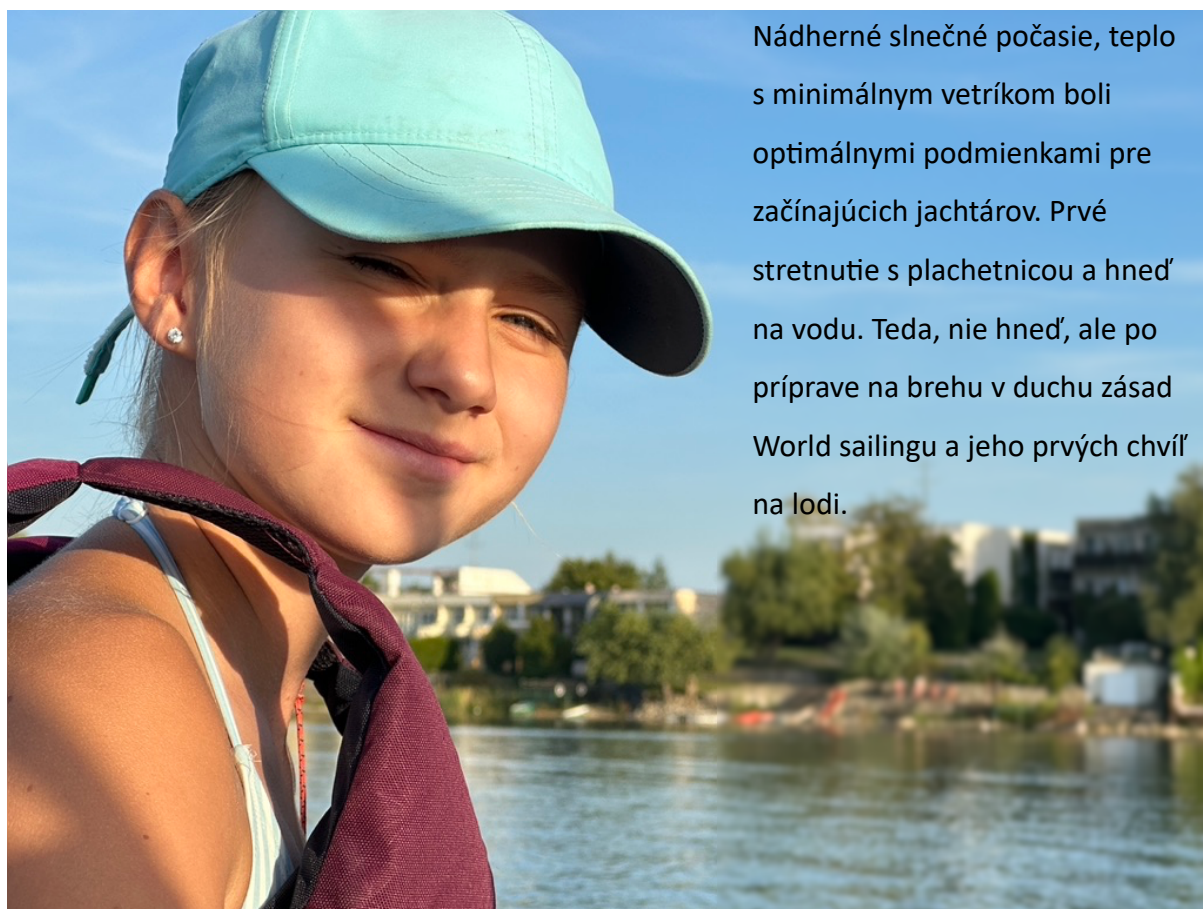
Účastníci:

1	Dvořák Oliver
2	Hrušová Dorota
3	Hrušová Gréta
4	Krivosudská Hana
5	Krivosudský Henrich
6	Lapka Leo
7	Skuráková Olívia
8	Tručka Gabriel
9	Vršanský Tomáš

Časový rozpis:

9. 9.	
08:00 – 08:30	Príprava lodí, názvoslovie
08:30 – 09:30	Individuálny nácvik na brehu
09:30 – 10:30	Kondičné aktivity – „vyvažovanie“
10:30 – 12:00	Nácvik na brehu
12:00 – 13:00	Obed
13:00 – 13:20	Vyplávanie
13:20 – 15:00	Tréning na vode
15:00 – 16:00	Fixovanie pojmov a ukladanie lodí

Zhodnotenie:



Nádherne slnečné počasie, teplo s minimálnym vetríkom boli optimálnymi podmienkami pre začínajúcich jachtárov. Prvé stretnutie s plachetnicou a hneď na vodu. Teda, nie hneď, ale po príprave na brehu v duchu zásad World sailingu a jeho prvých chvíľ na lodi.

Všetky nové deti si prešli krátkym úvodom a hneď sa dostali do loďky, kde začal nácvik jednoduchého obratu. Správne prevedenie obratu demonštrovali skúsené malé jachtárky.



Deti boli
veľmi



šikovné



a hneď po obede sme mohli ísť na vodu. Rýchlo sa „chytili“ a obrat zvládlo každé z nich.

Najväčší záujem o jazdenie prejavil Oliver, ktorý nakoniec vôbec nechcel z lode na breh.

Je výborné, že je medzi deťmi takýto ťahúň, pretože prirodzene motivuje aj ostatných.

Oliver má navyše ešte jednu výhodu, rodičia ho v jeho novej záľube podporujú.

