



239 - TJ Oravan oddiel vodných športov Godzillaz

Správa o tréningovej činnosti - LS1044

Lokalita: Slanický dvor, Oravská priehrada

Dátum: 06.06.2024

Tréner/i: Róbert Krasňan

Podmienky/Počasie:

Oblačnosť	Teplota	Vietor	Vlny
Polooblačno	19°C	2-5m/s	Do 10cm

Účastníci

- | | |
|---------------------|-----|
| 1. Miško El'ko | OPT |
| 2. Lucia Krasňanová | OPT |
| 3. Timko Hušla | OPT |

Rozvrh tréningu

Pre veľký rozptyl skúseností jednotlivých jachtárov bolo potrebné všetky cvičenia prispôbovať aktuálnej situácii na vode.

Zhodnotenie

Prvé cvičenie – vyštartovanie od motoráka a stúpačka na bóju vzdialenú cca 1km pri brehu, kde sa točil vietor takmer o 180 stupňov. Zverenci štartovali podľa skúseností, Timko ako najmenej skúsený prvý, potom Miško a na koniec Lucka.

Lucka – cieľom bolo sledovať schopnosť a rýchlosť reakcie na zmeny s čo najskoršou korekciou prípadných chýb od trénera

Miško – dostal úlohu udržať si náskok pred Luckou, prípadne aspoň minimalizovať stratu.

Sledoval som akú trasu si vyberie (bližšie k brehu, ďalej od brehu alebo sa bude snažiť kopírovať Lucku). Vybral si trasu popri brehu – riziká tejto trasy som mu vysvetlil po dosiahnutí cieľa. Napriek tomu, že ho Lucka predbehla sa na svoje skúsenosti držal prekvapivo dobre.

Timko – Ako najmladší dostal nápovedu ako a kadiaľ ísť, s reálnou šancou dosiahnuť cieľ ako prvý ak by jeho súper zvolil zlú trasu. Pri Timkovi bolo najpodstatnejšie sledovať, ako vydrží udržať pozornosť a ako presne sa bude riadiť inštrukciami od trénera.

Druhé cvičenie bolo vlastne identické s prvým, s tým rozdielom že sa šlo na záveternú značku.

Obe cvičenia sa niekoľko krát zopakovali.