



Telovýchovná jednota Motor-Yacht Námestovo

Správa o tréningovej činnosti

Lokalita: MotorYacht Námestovo

Dátum: 28.05.2023

Tréner/i: Róbert Krasňan, Jozef Benček

Podmienky/Počasie:

Oblačnosť	Teplota	Vietor	Vlny
Jasno	20°C	2-6ms východ	do 40cm

Účastníci

1. Róbert Krasňan (420)
2. Lucia Krasňanová (OPT)
3. Diana Benčeková (OPT)
4. Barbora Poltáková (OPT)
5. Natália Muroňová (OPT)
6. Sára Muroňová (OPT)
7. Richard Kozlovský (OPT)

Rozvrh tréningu

Precvičenie chýb nájdených počas preteku predchádzajúci deň
Skúšobné dvojposádky
Voľná jazda

Zhodnotenie

Po predchádzajúcom pretekovom dni sme s pretekármi polovicu tréningu venovali teoretickému rozboru a následne praxi na vode niekoľkých chýb, ktoré sa objavili.

Pre oživenie sme následne skúšali jazdu na dvojposádkach (1ks cadet, 1ks 420) v rôznych kombináciách pretekárov. Ostatní, pretekári aj začiatočníci, zatiaľ jazdili v optimistoch.

Postupne silnejúci vietor dal šancu začiatočníkom plynule a pomaly sa prispôsobovať – vo výsledku teda jazdili v omnoho silnejšom vetre, ako by si boli trúfli ráno.