**Lokálne sústredenie – správa.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Lokalita:** | Koper (SLO) |
| **Lokálne sústredenie číslo:** |  |
| **Tréner:**  | Adam Brestovský |
| **Dátum:**  | 12.4.2025 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dátum:** | **12. 4.2025** | **13.4.2025** | **14.4.2025** | **15.4.2025** | **16.4.2025** |
| **Oblačnosť:** | slnečno | slnečno | slnečno | slnečno | slnečno |
| **Teplota:** | 16°C | 15°C | 17°C | 16°C | 16°C |
| **Vietor:** | 2-4 m/s | 1-4 m/s | 4-8 m/s | 5-7 m/s | 2-4 m/s |
| **Vlny:** | 0 cm | 0 cm | 50 cm | 70 cm | 0 cm |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Číslo** | **Meno a Priezvisko** | **Lodná trieda** |
| 1. | Alex Brestovsky | 49er |
| 2. | Ladislav Stolarik | 49er |
| 3. |  |  |
| 4. |  |  |
| 5. |  |  |
| 6. |  |  |
| 7. |  |  |
| 8. |  |  |

***Rozvrh tréningu – každý deň:***

7:30 – 8:30 Rozcvička

11:00 – 16:30 Tréning

18:00 – 18:30 Breefing

***Zhodnotenie tréningu:***

Tréning zameraní na team building, manévre. Predpríprava na 1. pretek.

**Záverečné zhodnotenie:**

49er – chalani každým tréningom zlepšujú boathandling, čo prispieva k lepšiemu ovládaniu lode a aj väčšiemu sebavedomiu pri jazdení. Vyústilo to do 1.preteku v novej triede. Na štart sa postavilo 19 posádok. Prvý deň sa nejazdilo pre silný vietor mimo povolené hranice. Druhý deň chalani ukázali potenciál – v jednej rozjazde dokázali prvá bóju otočiť na 2.mieste. Vietor bol pre nich priaznivý medzi 10-14 knt. Na DOWN WIND kurzoch strácali aj vďaka staršiemu materiálu. Po prvom pretekovom dni sa držali na skvelom 12. mieste. Tretí deň prišlo vytriezvenie, aj keď sila vetra bola opäť 10-12 knt ale oveľa väčšie zmeny, Alex sa nedokázal mentálne sústrediť po viacerých zrušeniach rozjázd a podľa toho boli aj výsledky. Štvrtí deň sme to už dojazdili ale už v inom (lepšom) mentálnom nastavení. Vietor padol na 4-8 knt čo viac vyhovovalo ľahším posádkam (dievčatám) a nakoniec chalani skončili na 18.mieste.