

## **LOKÁLNE SÚSTREDENIE**

|                            |                       |
|----------------------------|-----------------------|
| LOKALITA                   | Slnečné jazerá, Senec |
| PORADOVÉ ČÍSLO SÚSTREDENIA | V.                    |
| TRÉNER                     | Mgr. Jakub Kaňuk      |
| TERMÍN                     | 01-02.11. 2014        |

### **ÚČASTNÍCI**

| Č. | MENO A PRIEZVISKO       | LODNÁ TRIEDA |
|----|-------------------------|--------------|
| 1. | Karolína Sarah Simonová | Q            |
| 2. | Lucia Stoláriková       | Q            |
| 3. | Ladislav Stolárik       | Q            |
| 4. | Nina Ružičková          | Q            |
| 5. | Oliver Krivosudský      | Q            |
| 6. | Elena Bendová           | Q            |

**1.DEŇ – 01.11. 2014**

### **ROZVRH DŇA TRÉNINGU:**

10:00 – Začiatok sústredenia, postavenie lodí, ROZCVIČKA, príprava na vyplávanie

11:00 – 14:00 – TRÉNING NA VODE

14:00 – 15:00 – Balenie, teória, pokyny na ďalší deň a záver

**2.DEŇ – 02.11. 2014**

### **ROZVRH DŇA TRÉNINGU:**

10:00 – Začiatok sústredenia, postavenie lodí, ROZCVIČKA, teória

11:00 – 14:00 – TRÉNING NA VODE

14:00 – 15:00 – Balenie, zhodnotenie a záver

### **ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:**

Posledné tohtoročné lokálne sústredenie v Senci sa nieslo v Haloweenskej atmosfére. V sobotu nám fúklo približne 3 m/s a prevládalo hmlisté počasie v ktorom sme ladili techniku jazdy. V nedeľu sa nám pre silnejší vietor a slnečné počasie jazdilo o niečo lepšie a som veľmi rád, že detská robili výrazné pokroky o čom svedčili aj zaujímavé súboje v tréningových rozjazdách. Detská už rozmýšľajú nad výhodnosťou štartovej čiary, vnímajú zmeny vetra a uplatňujú základy pravidiel. Teším sa ak nám to počasie umožní, ako sa na jar pustíme do techniky jazdy v silnom vetre a pokročilejšej taktiky. Dúfam, že detská počas zimnej prestávky nezanevrevujú na jachting a zodpovedne pristúpia ku kondičnej príprave.

TRÉNER: Jakub Kaňuk