

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Slnečné jazerá, Senec
PORADOVÉ ČÍSLO SÚSTREDENIA	IV.
TRÉNER	Mgr. Jakub Kaňuk
TERMÍN	25-26.10. 2014

ÚČASTNÍCI

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

1.DEŇ – 25.10. 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 – 26.10. 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:

V Senci sa opäť konalo Lokálne sústredenie. Napriek hmle a slabému vetru sme v priebehu víkendu trávili plnohodnotných 6 hodín na vode čo je pre začínajúcich jachtárov veľkým prínosom. Zameriavali sme sa na zefektívnenie práce s plachtou a kormidlom pri jednotlivých kurzoch a počas tréningových rozjazd sme veľký dôraz kládli na pravidlá plavby.

TRÉNER: Jakub Kaňuk