

Správa z Lokálneho sústreduenia č. 2. na VD Žilina v dňoch 30.5.-31.5. 2015

Zúčastnení:

Tréner: Tomáš Chudík

Pretekári: Samuel Chudík, Jakub Fedor, Matej Fedor, Lenka Kuhajdová,

Sobota 30.5.2015

Počasie: Zamračené, chladno, severný vietor 3-5m/s

Vzhľadom k chladnému počasiu sme začiatok tréningu zamerali na kvalitnú rozcvičku a zopakovanie teórie plachtenia. Na vode sme trénovali kurzy proti vetru a obraty. Samko s Kubom uspokojuivo zvládali túto časť tréningu, Maťo potrebuje viac koncentrácie aby nerobil chyby a nestál proti vetru. Lenka mala svoj druhý tréning, pochopila princíp, potrebuje však dostať jachting do tela. Tréning sme skončili o 17tej hodine zhodnotením tréningu.

Nedeľa 31.5.2015

Počasie: Poloblačno, teplejšie, doobeda slabý vietor, popoludni vietor cca 3 m/s

Predpoludnie sme pre slabý vietor jazdili krátke bočné kurzy od móla k bójam so striedanim obratov proti vetru a po vetre. Doplnili sme to o zbieranie loptičiek na vode, čím si všetci vylepšovali obratnosť na lodi a manévrovanie. Poobede sme sa vybrali na vodu kde sme trénovali dlhšie kurzy po celej priehrade s dôrazom na udržanie koncentrácie na kurz a sledovanie zmien vetra na vodnej ploche.

Zhodnotenie: Všetci zúčastnení si zaslúžia pochvalu za zvýšene nasadenie počas tréningov.

Tomáš Chudík