

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
SÚSTREDENIE	ČTK 717 Lokálne sústredenie L. Mara 7
TRÉNER	Marián Babjak
TERMÍN	12.-13.5.2018

Číslo	meno a priezvisko	lodná trieda
1	Juraj Ursíny	OPT
2	Matúš Lihotský	OPT
3	Sofia Gemzická	OPT
4	Melisa Gemzická	OPT

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

12.5.2018

10:00-11:00- príprava lodí

11:00-12:30- teória, stupačka, jazda po trati trojuholník, pravidlá

13:00-17:00 – 3 rozjazdy Liptovská kryha

17:00-18:00- vyhodnotenie tréningu, zbalenie lodí a uloženie materiálu

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

13.5.2018

09:15-10:00- príprava lodí

10:00-14:00- 5 rozjazd Liptovská kryha

14:00-15:00 – vyhodnotenie jazdenia počas rozjazdov

15:00-16:00- vyhodnotenie tréningu, zbalenie lodí a uloženie materiálu

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

Po príprave lodí sme sa s Optimistami venovali teoretickej príprave, prebrali sme si základné pravidlá, postup pri štarte, princíp pretekania na trati trojuholník, princíp a technika jazdy proti vetru a po vetre. Vyplávali sme na vodu a v rámci pretekov Liptovská kryha sme odjazdili 3 rozjazdy. Na druhý deň sme v rozjazdách pokračovali ďalšími 5 rozjazdami na vode. Všetci zvládli jazdu po trati, aj keď niekedy im ešte stúpanie proti vetru robilo problémy. V slabšom vetre si najlepšie počínal Jurko, ktorý zvládal s menšími problémami aj silnejší vietor. Mtúš sa v silnejšom vetre postupne zorientoval a až na malé zaváhania rozjazdy zvládal. Sofia a Meliska jezdili iba prvý deň a Sofia sa po počiatočných problémoch na trati orientovala dobre. Meliska ešte bude musieť na stupačka popracovať.

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

DEŇ

12-13.5.2018

OBLAČNOSŤ

Polojasno

TEPLOTA

22 °C

VIETOR

1,5-5,5 m/s

V Liptovskom Mikuláši 13.5.2018

Marián Babjak