

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
SÚSTREDENIE	ČTK 1064 LS LM OPT B5
TRÉNER	Marián Babjak
TERMÍN	17.5.2022

Číslo	meno a priezvisko	lodná trieda
1	Melisa Gemzická	OPT
2	Andrej Cevár	OPT
3	Tamara Blahušiaková	OPT

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

- 15:00-16:30 – teória a plán činnosti na vode
- 16:30-17:30 – tréning na vode
- 17:30-18:30 – kondičný tréning
- 18:30-19:00- vyhodnotenie tréningu, uloženie materiálu

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

Na vode sme sa sústredili na nácvik jazdy na karuselovej trati vo veľmi slabom vetre. Vzhľadom na to, že začalo silno pršať, tréning na vode sme ukončili a venovali sme sa kondičnému tréningu

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

OBLAČNOSŤ	zamračené
TEPLOTA	1°C
VIETOR	0 - 1 m/s

V Liptovskom Mikuláši

Marián Babjak