

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
PORADOVÉ ČÍSLO SÚSTREDENIA	ČTK 970 LS Stred 24
TRÉNER	Marián Babjak
TERMÍN	17.8.2016

Číslo	meno a priezvisko	lodná trieda
1	Leo Slosiar	OPT
2	Patrik Drengubjak	OPT
3	Viktor Mika	OPT
4	Magdaléna Slosiarová	OPT
5	Alicia Esteves	OPT
6	Michal Cedzo	VAU
7	Matúš Machovec	VAU

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

17.8.2016

15:00-15:45- príprava lodí

15:45-18:00- tréning na vode – jazda na trojuholníkovej trati, obraty, halzy

18:00 – 19:00 –uloženie materiálu, vyhodnotenie tréningu

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

Trénovali jazdu na trojuholníkovej trati s dôrazom na správny posed v lodi, správne vyostrenie a obraty proti vetru, obtáčanie náveternej a zăveternej bójky, jazdy na zadný vietor. Začiatocníci trénovaní držanie správneho smeru na bočný vietor s obratmi protivetru a po verte. Posádka Vaurien sa zamerala na techniku práce so spinakrom – vytiahnutie, halza, stiahnutie. Všetkých treba za ich nasadenie pochváliť.

Marián Babjak

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

DEŇ

17.8.2016

OBLAČNOSŤ

Polooblačno

TEPLOTA

20 °C

VIETOR

2- 4 m/s

VLNY

mierne