

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
SÚSTREDENIE	LS LM MB OPT33
TRÉNER	Marián Babjak
TERMÍN	17.8.2024

Číslo	meno a priezvisko	lodná trieda
1	Diana Braunerová	L47
2	Enzo Esteves	OPT
3	Tomáš Butko	OPT
4	Hugo Vojčík	OPT
5	Lívia Holešová	L47

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

12:00-14:00 –plán činnosti na vode, teória, príprava lodí

14:00-16:00 – tréning na vode

16:00-17:00 –vyhodnotenie tréningu, uloženie materiálu

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

V prvej časti tréningu sme sa zamerali na nácvik akcelerácie na štarte. V druhej časti sme sa zamerali na nácvik jazdy po trojuholníkovej trati s dôrazom na činnosť na bójkach.

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

OBLAČNOSŤ

Polooblačno

TEPLOTA

30°C

VIETOR

1 - 3 m/s

V Liptovskom Mikuláši

Marián Babjak