

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
SÚSTREDENIE	LS LM OPT B YCL1
TRÉNER	Andrea Mrázová, Marián Babjak
TERMÍN	19.6.2022

Číslo	meno a priezvisko	lodná trieda
1	Lukáš Cevár	OPT
2	Andrej Cevár	OPT
3	Tamara Blahušiaková	OPT
4	Tomáš Butko	OPT
5	Tobias Volek	OPT
6	Max Petřík	OPT
7	Hugo Vojčík	OPT
8	Nela Ábelová	OPT

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

- 12:00-12:30 – príprava lodí
- 12:30-14:00 – tréning na vode
- 14:30-17:00 – tréning na vode - preteky
- 17:30-18:30 – kondičný tréning
- 18:30-19:00- vyhodnotenie tréningu, uloženie materiálu

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

V slabom vetre a horúcom počasí sme sa zamerali na nácvik prevrátenia lodí. V druhej časti tréningu sme absolvovali 3 rozjazdy v tréningových pretekoch. Všetci zvládli dokončiť každú rozjazdu.

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

OBLAČNOSŤ	jasno
TEPLOTA	28°C
VIETOR	1 - 4 m/s

V Liptovskom Mikuláši

Marián Babjak