

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
SÚSTREDENIE	ČTK 1227 LS LM OPT B 40
TRÉNER	Marián Babjak
TERMÍN	20.8.2019

Číslo	meno a priezvisko	lodná trieda
1	Jerguš Brestovský	OPT
2	Zuzana Zimáni	OPT
3	Dorota Neupauerová	OPT
4	Ján Zimáni	OPT
5	Adam Lichvár	OPT
6	Jakub Jančuška	OPT
7	Juraj Vozár	OPT
8	Martin Neupauer	OPT

ROZVRH DŇA TRÉNINU:

20.8.2019

16:00-16:30- príprava lodí

16:30-18:45- tréning na vode

18:45-19:15- vyhodnotenie, zbalenie lodí

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

Po príprave lode sme vyrazili na vodu. Na úvod sme sa zahriali jazdou na bočný vietor s obratmi proti vetru. V druhej časti tréningu sme sa zamerali na zvládnutie stupačky a zaďáku. Tréning sme ukončili šiestimi krátkymi tréningovými rozjazdami s dôrazom na zvládnutie štartu. Najlepšie počínali Zuzka, Janko a Adam. Jerguš sa zdokonaľoval v držaní správneho smeru na bočný vietor a po vypadnutí z lode odišiel na breh. Martin psychicky nevládol silnejúci vietor a odišiel na breh

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

OBLAČNOST polooblačno

TEPLOTA 22°C

VIETOR 1-4 m/s

V Liptovskom Mikuláši 20.8.2019

Marián Babjak