

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
SÚSTREDENIE	ČTK 1253 LS LM OPT C a Laser 89
TRÉNER	Marián Babjak
TERMÍN	22.6.2021

Číslo	meno a priezvisko	lodná trieda
1	Ivan Šrol	OPT
2	Jerguš Brestovský	OPT
3	Simona Glajzová	OPT

ROZVRH DŇA TRÉNINU:

22.6.2021

15:00-15:30- príprava lodí

15:30-16:00- teória pred vyplávaním

16:00-17:30- tréning na vode

17:30-18:00- kondičný tréning

18:00-18:30 - vyhodnotenie tréningu, uloženie materiálu

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

Zamerali sme sa na držanie správneho smeru a trim plachty na bočný vietor. V druhej časti sme sa zamerali na nácvik stupačky s zaďáku na karuselovej trati..

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

OBLAČNOST polooblačno

TEPLOTA 30°C

VIETOR 4 - 6 m/s

V Liptovskom Mikuláši 22.6.2021

Marián Babjak