

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
SÚSTREDENIE	ČTK 1134 LS LM OPT B 61
TRÉNER	Marián Babjak
TERMÍN	23.7.2020

Číslo	meno a priezvisko	loďná trieda
1	Matej Nemček	OPT
2	Sofia Halahijová	OPT

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

23.7.2020

16:00-16:30- príprava loďí

16:30-18:30- tréning na vode

18:30-19:00- vyhodnotenie tréningu, uloženie materiálu

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

V slabom vetre sme sa najskôr zamerali na techniku stúpania ostro proti vetru s dôrazom na správny posed v loďi, správne vyostrenie a pritiahnutie plachty a udržanie sústredenie. Neskôr sme sa venovali technike obrátov proti vetru a po vetre. Obaja zvládali úlohy dobre.

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

OBLAČNOSŤ

Polooblačno

TEPLOTA

22°C

VIETOR

1- 3 m/s

V Liptovskom Mikuláši 23.2020

Marián Babjak