

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
SÚSTREDENIE	LS LM MB OPT
TRÉNER	Marián Babjak
TERMÍN	24.3.2024

Číslo	meno a priezvisko	loďná trieda
1	Tomáš Butko	OPT
2	Andrej Cevár	OPT
3	Enzo Esteves	OPT

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

- 12:00-13:00 –príprava materiálu
- 13:00-14:00 –plán činnosti na vode, príprava lodí
- 14:00-15:45 – tréning na vode
- 15:45-16:00 – vyhodnotenie tréningu, uloženie materiálu

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

V stredne silnom vetre sme sa sústredili na zopakovanie obrátov protivetru a po vetre. V druhej časti tréningu sme si zopakovali jazdu na karuselovej trati s dôrazom na činnosť na náveternej a záveternej zmačke.

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

OBLAČNOSŤ	Polooblačno
TEPLOTA	7°C
VIETOR	3 - 6 m/s

V Liptovskom Mikuláši

Marián Babjak