

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
SÚSTREDENIE	ČTK 1095 LS LM ILCA 10
TRÉNER	Marián Babjak
TERMÍN	24.6.2022

Číslo	meno a priezvisko	loďná trieda
1	Matúš Machovec	LAS
2	Sofia Gemzická	L47

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

- 16:00-16:30 – príprava lodí
- 16:30-18:00 – tréning na vode
- 18:00-18:30 – teoretická príprava
- 18:00-19:30 – kondičný tréning
- 19:30-20:00- vyhodnotenie tréningu, uloženie materiálu

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

Na vode sme sa zamerali na jazdu na karuselovej trati, s dôrazom na činnosť na trim plachty pri zmene sily vetra, v prípade Sofie na zvládnutie obratu a hlazy. Sofia aj Matúš zadané úlohy zvládali dobre.

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

OBLAČNOSŤ	Polooblačno
TEPLOTA	26°C
VIETOR	2 - 5 m/s

V Liptovskom Mikuláši

Marián Babjak