

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
PORADOVÉ ČÍSLO SÚSTREDENIA	CTK 927 – LS Stred XV
TRÉNER	Mirian Babjaková, Marian Babjak
TERMÍN	25. 10. 2014

ÚČASTNÍCI

číslo	meno a priezvisko	loďná trieda
1	Viktor Mika	OPT
2	Miškov Alexander	OPT
3	Richard Franek	OPT
4	Valeria Kocanová	OPT
5	Barbora Kocanová	OPT

25.10.2014

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

10:00 – začiatok tréningu
10:00 – 11:00 – príprava lodí, prezentácia plánu dňa;
11:00 – 13:00 – tréning na vode – obraty, halzy
13:00 – 13:30 – prestávka na oded
13:30 – 15:30 – vyčistenie lodí a uloženie materiálu na zimu
15:00 – 16:00 – zhodnotenie tréningu a záver tréningovania 2014.

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

Tréning v sobotu sa niesol v chladnom počasí. V hmliстом chladnom ráne sme vyplávali na vodu v mierne redukovanom počte, pretože mnohých odradilo od tréningu chladné počasie. Po chvíli sa hmla rozpadla a v krásnom slnečnom počasí so slabým vetrom do 3 m/s sme absolvovali posledný tréning na vode. Zamerali sme sa na zdokonalenie techniky halzy a obratu. Po pristátí na brehu sme sa po prestávke na obed vrhli na čistenie lodí a ich uloženie na zimu.

Marián Babjak

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

DEŇ	25.10.2014
OBLAČNOSŤ	Hmlišto, neskôr slnečno
TEPLOTA	11 °C
VIETOR	Južný, východný 1 – 3 m/s
VLNY	Žiadne