

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
PORADOVÉ ČÍSLO SÚSTREDENIA	ČTK 951 LS Stred 17
TRÉNER	Marián Babjak
TERMÍN	25.-26.6.2016

Číslo	meno a priezvisko	lodná trieda
1	Michal Cedzo	OPT
2	Patrik Drengubiak	OPT
3	Šimon Žaloudek	OPT
4	Dominik Vyoral	OPT
5	Nela Drengubiaková	OPT
6	Matúš Machovec	OPT
7	Magdaléna Slosiarová	OPT
8	Leo Slosiar	OPT
9	Alexander Miškov	OPT
10	Michaela Pačinová	OPT
11	Viktor Mika	OPT

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

25.6.2016

10:00-10:30- príprava lodí

10:30-12:00- tréning na vode – prevrátenie lachetnice Optimist

12:00-12:30- štartovacia procedúra

12:30-13:30- prestávka

13:30-15:30 - tréning na vode – jazda na trati trojukholník

15:30-16:00 – vyhodnotenie tréningu

10:30 – 16:00 – preteky O pohár starostu L.Trnovca

16:00 – 17:00 – vyhlásenie výsledkov pretekov, uloženie materiálu, vyhodnotenie tréningu

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

26.6.2016

10:00-10:30- príprava lodí

10:30-12:00- tréning na vode – jazda na bočný vietor, trimovanie lodí vo dvojiciach

12:00-13:00- prestávka

13:00-15:00- tréning na vode – stipačka , zad'ák v silnom vetre

15:00-15:30 – uloženie materiálu

15:30 – 16:00 –vyhodnotenie tréningu

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

Pokročili pretekári v sobotu absolvovali preteky O pohár starostu L.Trnovca. Najlepšie sa so slabnúcim a premenlivým vetrom vysporiadali Sašo, Viktor, Dominik a Miška. So začínajúcimi pretekármi sme využili horúce počasie a trénovali sme činnosť po prevrátení plachetnice Optimist. Všetci úlohu zvládli, iba Nelka má ruky zatiaľ príliš krátke na to aby dosiahla z vody na plutvu. S pomocou sa však podarilo úspešne obrátiť Optimistu aj jej. Počas pretekov sme so začiatočníkmi zašli na rozhodcovskú loď a vysvetlili sme si postup štartovacej procedúry a oboplávanie trate počas jednej rozjazdy pretekov. Popoludní sme so začiatočníkmi trénovali jazdu po trojuholníkovej trati. Za pokroky treba pochváliť Paťu a Mišu.

V nedeľu sme vyrazili na vodu v svojich skupinách – začiatočníci trénovali držanie smeru a kormidlovanie na bočný vietor, pokročilí boli rozdelení do dvojíc a trénovali súboje a odpútanie sa od súpera na karuselovej trati. Popoludní vietor zosilnel a na vodu sme vyrazili už iba s pokročilými a trénovali sme jazdu proti vetru a po vetre s dôrazom na obraty s halzy.

Marián Babjak

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

DEŇ	25.6.2016
OBLAČNOSŤ	Snečno až polooblačno
TEPLOTA	28 °C
VIETOR	2- 4 m/s rovnomerný západný
VLNY	mierne
DEŇ	26.6.2016
OBLAČNOSŤ	Snečno až polooblačno
TEPLOTA	28 °C
VIETOR	0- 10 m/s rovnomerný západný
VLNY	0 – 0,5 m