

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
SÚSTREDENIE	ČTK 1044 LS LM OPT B2
TRÉNER	Marián Babjak
TERMÍN	26.4.2022

Číslo	meno a priezvisko	loďná trieda
1	Melisa Gemzická	OPT
2	Lukáš Cevár	OPT
3	Andrej Cevár	OPT
4	Tamara Blahušiaková	OPT

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

15:00-15:30 – opakovanie pohybov v lodi na brehu
15:30-17:30 – tréning na vode
17:30-18:30 – kondičný tréning
18:30-19:00- vyhodnotenie tréningu, uloženie materiálu

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

Na vode sme sa zamerali na držanie správneho smeru na bočný vietor a obraty proti vetru a po vetre. Tamarka zvládla prvé vyplávanie veľmi úspešne. Lukáš zo začiatku pracoval s kormidlom tak ako sme nacvičili na brehu, postupne strácal koncentráciu a vymýšľal si svoj nový štýl, čo sa premietlo do nekontrolovaných zmien smeru. Pri zmene vetra, zatiaľ nikto nezvládol zareagovať správne a prispôbiť trim lode zmeneným podmienkam.

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

OBLAČNOSŤ	polooblačno
TEPLOTA	16°C
VIETOR	1 - 4 m/s

V Liptovskom Mikuláši

Marián Babjak