

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
SÚSTREDENIE	LS LM MB OPT C21
TRÉNER	Matej Brestovský
TERMÍN	26.8.2023

Číslo	meno a priezvisko	lodná trieda
1	Hugo Vojčík	OPT
2	Diana Braunerová	OPT
3	Andrej Cevár	OPT
4	Lukáš Cevár	OPT
5	Oliver Bernadič	OPT
6	Matúš Meňo	

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

12:00 – 12:30 – príprava materiálu, pokyny k činnosti na vode

12:30 – 17:30 – Tréning na vode

17:30 – 18:00 – uloženie materiálu, vyhodnotenie činnosti na vode

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

Zamerali sme sa na nácvik obratov a hálz a jazdu po trojuholníkovej trati. Na záver tréningu sme si dali 3 tréningové rozjazdy.

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

OBLAČNOSŤ

Jasno

TEPLOTA

28°C

VIETOR

2 - 5 m/s

V Liptovskom Mikuláši

Matej Brestovský