

## LOKÁLNE SÚSTREDENIE

|             |                       |
|-------------|-----------------------|
| LOKALITA    | Liptovská Mara        |
| SÚSTREDENIE | <b>LS LM MB OPT28</b> |
| TRÉNER      | Marián Babjak         |
| TERMÍN      | 27.7.2024             |

| Číslo | meno a priezvisko | loďná trieda |
|-------|-------------------|--------------|
| 1     | Andrej Kret       | OPT          |
| 2     | Enzo Esteves      | OPT          |
| 3     | Nina Fekete       | OPT          |
| 4     | Jakub Beňo        | OPT          |

---

### ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

12:00-13:30 –plán činnosti na vode, teória, príprava lodí  
13:30-15:30 – tréning na vode  
15:30-16:00 – prestávka na obed  
16:00-17:45 – tréning na vode  
17:45-18:00 –vyhodnotenie tréningu, uloženie materiálu

### ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

V prvej časti tréningu sme sa zamerali na nácvik obrátov po a proti vetru. V druhej časti sme sa zamerali na nácvik jazdy po karuselovej trati s dôrazom na činnosť na bójkach.

### METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

|           |             |
|-----------|-------------|
| OBLAČNOSŤ | Polooblačno |
| TEPLOTA   | 26°C        |
| VIETOR    | 1 - 5 m/s   |

V Liptovskom Mikuláši

Marián Babjak