

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
SÚSTREDENIE	LS LM MB OPT C36
TRÉNER	Marián Babjak
TERMÍN	28.10.2023

Číslo	meno a priezvisko	lodná trieda
1	Andrej Cevár	OPT
2	Lukáš Cevár	OPT
3	Hugo Vojčík	OPT
4	Juraj Vozár	OPT

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

- 12:00 – 13:00 – príprava materiálu, plán činnosti na vode
- 13:00 – 14:30 – uloženie materiálu na zimu
- 14:30 – 16:30 – tréning na vode
- 16:30 – 17:30 – kondičný tréning
- 17:30 – 18:00 – uloženie materiálu, vyhodnotenie tréningu

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

Na vode sme sa zamerali na nácvik obratov a hálz. Porovnali sme rýchlosť lodí na stupačku a zadný vietor. V rámci tréningu sme pripravili materiál na zazimovanie.

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

OBLAČNOSŤ	Polooblačno
TEPLOTA	18°C
VIETOR	3 - 6 m/s

V Liptovskom Mikuláši

Marián Babjak