

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
SÚSTREDENIE	LS LM MB OPT C22
TRÉNER	Marián Babjak
TERMÍN	29.8.2023

Číslo	meno a priezvisko	loďná trieda
1	Tomáš Butko	OPT
2	Matúš Beňo	OPT
3	Hugo Vojčík	OPT
4	Andrej Cevár	OPT
5	Lukáš Cevár	OPT

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

15:00 – 15:30 – príprava materiálu, plán činnosti na vode
15:30 – 17:30 - tréning na vode
17:30 – 18:00 – uloženie materiálu, vyhodnotenie tréningu

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

V slabom vetre sme sa sústredili na nácvik akcelerácie na štarte a na nácvik jazdy po trojuholníkovej trati s dôrazom na činnosť na jednotlivých bójkach.

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

OBLAČNOSŤ	Polooblačno
TEPLOTA	20°C
VIETOR	2 - 4 m/s

V Liptovskom Mikuláši

Marián Babjak