

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
SÚSTREDENIE	ČTK 1183 LS LM OPT B 25
TRÉNER	Marián Babjak
TERMÍN	14.10.2022

Číslo	meno a priezvisko	lodná trieda
1	Juraj Vozár	OPT
2	Tomáš Butko	OPT

ROZVRH DŇA TRÉNINU:

15:00-15:30 –plán činnosti na vode, príprava materiálu

15:30-17:00 – tréning na vode

17:00-18:00 – kondičný tréning

18:00-18:00- vyhodnotenie tréningu, uloženie materiálu

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

Zamerali na nácvik obtočenia náveternej a záveternej bóje.

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

OBLAČNOST

TEPLOTA 10°C

VIETOR 2 - 5 m/s

V Liptovskom Mikuláši

Marián Babjak