

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
SÚSTREDENIE	ČTK 1386 LS LM OPT C a Laser 222
TRÉNER	Marián Babjak
TERMÍN	5.10.2021 (z 3.10.2021)

Číslo	meno a priezvisko	lodná trieda
1	Juraj Voár	OPT

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

5.10.2021

- 15:00-15:30 - príprava lodí
- 15:30-16:00 - teória pred vyplávaním
- 16:00-17:30 - tréning na vode
- 17:30-18:00- kondičný tréning
- 18:00-18:30 - vyhodnotenie tréningu, uloženie materiálu

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

Zamerali sme sa na techniku obratov a házl v silnom vetre a techniku jazdy vo vlnách.

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

OBLAČNOSŤ	polooblačno
TEPLOTA	18°C
VIETOR	5 - 12 m/s

V Liptovskom Mikuláši 6.10.2021

Marián Babjak