

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
SÚSTREDENIE	ČTK 1024 LS LM Laser 24
TRÉNER	Marián Babjak
TERMÍN	5.8.2020

Číslo	meno a priezvisko	lodná trieda
1	Ján Zimáni	LAR

ROZVRH DŇA TRÉNINU:

5.8.2020

16:00-16:30- príprava lodí

16:30-18:30- tréning na vode

18:30-19:00- vyhodnotenie tréningu, uloženie materiálu

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

Počas tréningu sme sa zamerali na techniku stupačky a zaďáku v strednom vetre s dôrazom na techniku vyvažovania a jazdy vo vlnách.

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

OBLAČNOST

zamračené

TEPLOTA

22°C

VIETOR

2- 6 m/s

V Liptovskom Mikuláši 5.8.2020

Marián Babjak