

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
SÚSTREDENIE	ČTK 823 Lokálne sústredenie L. Mara 52
TRÉNER	Marián Babjak
TERMÍN	6.10.2018

Číslo	meno a priezvisko	lodná trieda
1	Oliver Lichvár	OPT
2	Sofia Gemzická	OPT

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

7.10.2018

10:00-10:30- príprava lodí
13:30-11:30-teória, pravidlá
11:30-14:00-tréning na vode
14:00-15:00- teória, taktika na stupačke a zaďáku
15:00-15:30 –zbalenie lodí a uloženie materiálu

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

Na vode sme sa venovali tréningu obratov po vetre a proti vetru. Sofia po dlhšom výpadku spomínala takmer na všetko. Oliver sa venoval zdokonaľovaniu obratov s pumpnutím. Na záver tréningu sme si dali 3 tréningové rozjazdy.

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

DEŇ	6.10.2018
OBLAČNOSŤ	polooblačno
TEPLOTA	20°C
VIETOR	2-4 m/s

V Liptovskom Mikuláši 7.10.2018

Marián Babjak