

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
SÚSTREDENIE	LS LM MB OPT 32
TRÉNER	Marián Babjak
TERMÍN	7.8.2024

Číslo	meno a priezvisko	lodná trieda
1	Diana Braunerová	L47
2	Adam Lichvár	OPT
3	Andrej Kret	OPT

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

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

15:30-17:45 – tréning na vode

17:45-18:00 – vyhodnotenie tréningu, uloženie materiálu

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

Zamerali sme sa na nácvit obratov proti vetru a trestnej otočky. V druhej časti tréningu sme precvičovali rozbehnutie a akceleráciu s vyostrením na štartovej čiare.

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

OBLAČNOSŤ

Polooblačno

TEPLOTA

25°C

VIETOR

1 - 3 m/s

V Liptovskom Mikuláši

Marián Babjak