

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
SÚSTREDENIE	ČTK 1234 LS LM OPT C a Laser 70
TRÉNER	Marián Babjak
TERMÍN	8.6.2021

Číslo	meno a priezvisko	lodná trieda
1	Ivan Šrol	OPT
2	Jerguš Brestovský	OPT
3	Simona Glajzová	OPT

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

8.6.2021

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 držanie správneho smeru a trim plachty na bočný vietor. V druhej časti sme sa zamerali na nácvik stupačky s zadáku na karuselovej trati..

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

OBLAČNOSŤ jasno
TEPLOTA 24°C
VIETOR 1 - 4 m/s

V Liptovskom Mikuláši 8.6.2021

Marián Babjak