

Lokálne sústredenie

Lokalita	Liptovská Mara
Sústredenie	Tréning 2 – YC Limar
Tréner	Matej Brestovský
Termín	10.-11.4.2021

Číslo	Meno a Priezvisko	Lodná trieda	Skupina
1	Oliver Lichvár	29er	
2	Alex Brestovský	29er	
3	Viktor Míka	29er	
4	Barbora Bartánusová	29er	
5	Barbora Kocanová	29er	
6	Ján Zimáni	29er	
7	Oliver Krivosudský	29er	
8	Ladislav Stolárik	29er	

Rozvrh dňa Tréningu:

10.4.2021 10:00-16:00

11.4.2021 10:00-16:00

Zhodnotenie sústredenia a pretekárov:

Všetky tréningové dni boli zamerané na jazdu na kurzy, avšak sme medzi cvičenia zapojili už aj techniku obrátov a hálz. Do obedný tréning bol venovaný jazde na kurzy. Poobedný tréning sme zamerali na techniku obrátov a hálz. V Nedeľu sme pokračovali v tréningu obrátov a hálz na do obednom tréningu. Poobede sme využili južný vietor na krátke tréningové rozjazdy. Avšak vietor nám postupne ustával a tak sme ukončili tréning krátkou kondičnou prípravou. Veterné podmienky boli prevažne dobré, fúkal južný vietor s rýchlosťou 3-4 m/s.

Vietor: 3-4m/s, Severozápadný

Vlny: 0,1m

Teplota: 8-12°C

V Bobrovci 12.4.2021

Matej Brestovský