

LOKÁLNE SÚSTREDENIE

LOKALITA	Liptovská Mara
PORADOVÉ ČÍSLO SÚSTREDENIA	CTK 933 – LS Stred XXI
TRÉNER	Matej Brestovský, Marian Babjak
TERMÍN	11.-12.10. 2014

ÚČASTNÍCI

číslo	meno a priezvisko	lodná trieda
1	Michaela Pačinová	OPT
2	Daniel Hollý	OPT
3	Vyoral Dominik	OPT
4	Viktor Mika	OPT
5	Miškov Alexander	OPT
6	Eva Astafyeva	OPT
7	Matúš Machovec	OPT
8	Oliver Brestovský	OPT
9	Richard Franek	OPT
10	Jakub Oršula	OPT
11	Valeria Kocanová	OPT
12	Barbora Kocanová	OPT

11.10.2014

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

10:00 – začiatok tréningu
10:00 – 11:00 – príprava lodí, prezentácia plánu dňa;
11:00 – 11:30 – teória štartovej procedúry, technika a taktika na trati
12:00 – vyplávanie na vodu
13:00 – 15:00 – tréning na vode, odjazdenie 1 rozjazdy
15:00 – 16:00 – uloženie materiálu, zhodnotenie tréningu a záver.

ROZVRH DŇA TRÉNINGU:

10:00 – začiatok tréningu
10:00 – 11:00 – príprava lodí, prezentácia plánu dňa;
11:00 – 12:30 – tréning na vode
12:30 – 13:15 – prestávka na obed
13:15 – 15:00 – tréning na vode, odjazdenie 1 rozjazdy
15:00 – 16:00 – uloženie materiálu, zhodnotenie tréningu a záver.

ZHODNOTENIE SÚSTREDENIA A PRETEKÁROV:

Tréning v sobotu sa niesol v krásnom slnečnom počasí s veľmi slabým vetrom do 3 m/s. Súčasne s naším tréningom sa konala aj modra stuha Liptovskej Mary. Začali sme prípravou materiálu, keďže bola početná osádka jachtárskeho poteru, vytiahli sme na vodu všetok materiál čo bol k dispozícii. Po odštartovaní nám prestalo fúkať a počas celej rozjazdy bol vietor veľmi premenlivý, jak smerovo tak aj silou. Viktor sa celý čas sústredil na zmeny vetru a preto sa mu podarilo už na prvej bójke získať slušný náskok, ktorý si udržal až do konca. Zvyšok pola sa držal pohromade a celú rozjazdu sa miešali pretekári na predných miestach. Nakoniec z druhej na tretiu boju sa zoradili ako kačičky a takto pokračovali až do cieľa. Poradie: Viktor, Sašo, Oliver. Po ukončení pretekov som postavil dve boje na bočný vietor a všetci jazdili osmičku. Tu sme trénovali hustotu lodí počas štartovacej procedúry. Po jednom som si volal pretekárov a nechal som ich otočiť 720°. Tu musím pochváliť veľmi Viktora a Barborku, ktorý spravili 720° úplné dokonale. Po asi hodinovom krúžení sme sa pobrali na breh, kde nasledovalo vyhlásenie výsledkov a zbalenie materiálu. Chcel by som ešte pochváliť Evku, pretože aj napriek tom že sedela druhý krát v lodi zvládla s miernou pomocou oboplávať celú trať. Musím konštatovať, že naozaj sa blížime ku koncu sezóny, pretože pozornosť detí na brehu bola veľmi obmedzená a boli dosť nedisciplinované.

Po Modrej stuhe sa v nedeľu na tréningu zúčastnil iba Matúš Machovec. Keďže Matúš patrí medzi začínajúcich aj napriek nízkej účasti detí sme tréning realizovali. V slnečnom počasí a slabom vetre sme sa zamerali na zdokonalenie pohybu v lodi, techniky obratu a halzy, jazdy na stupačku a zadák. Slabý vietor bol ideálny na tréning a vďaka individuálnemu prístupu Matúš zvládal všetky činnosti veľmi dobre.

Matej Brestovský

METEOROLOGICKÉ PODMIENKY

DEŇ	11.10.2014
OBLAČNOSŤ	slnečno
TEPLOTA	22 °C
VIETOR	Západný, Južný, východný 0 – 3 m/s
VLNY	Žiadne