

Lokálne sústredenie

Lokalita	Liptovská Mara
Sústredenie	ČTK 1212 Lokálne sústredenie LM Surf 14
Tréner	Matej Brestovský
Termín	14.8.2019

Číslo	Meno a Priezvisko	Lodná trieda	Skupina
1	Barbora Kocanová	29er	
2	Barbora Bartánusová	29er	

Rozvrh dňa Tréningu:

14.8.2019 – 15:30-18:00

Zhodnotenie sústredenia a pretekárov:

Tréningu sa zúčastnila iba jedna posádka. Poveternostné podmienky nám priali. Fúkal severozápadný až severný vietor s rýchlosťou od 6-8 m/s. S dievčatami sme hlavne pracovali na vyvážení lode, prácu z hlavnou plachtou a udržanie lodi v maximálnej rýchlosti. Zvládli to skvele. Vystúpali sme od klubu až k priehradnému múru, odtiaľ sme jazdili zadobočné kurzy s genakrom tak, aby sme udržali loď v sklze. Bohužiaľ tu to dievčatám tak dobre nešlo, vzhľadom na utíchajúci vietor nevedeli udržať loď v rýchlosti a neustále prevažovanie lode do návertia viedlo k niekoľkým prevráteniam. Záver tréningu už bol z množstvom chýb z dôvodu fyzickej vyčerpanosti. Avšak ich musím pochváliť, pretože myslou maximálne koncentrované na výkon, čo bolo vidieť na pokroku, ktorý počas tréningu spravili.

Meteo podmienky:

Deň:	14.8.2019
Oblačnosť:	polooblačno
Teplota:	25°C
Vietor:	6-8 m/s

V Bobrovci 15.8.2019

Matej Brestovský