

Lokálne sústredenie

Lokalita	Liptovská Mara
Sústredenie	ČTK 1302 Lokálne sústredenie LM OPT A, B 6
Tréner	Matej Brestovský
Termín	1.10.2019

Číslo	Meno a Priezvisko	Lodná trieda	Skupina
1	Adam Lichvár	OPT	B
2	Ján Zimáni	OPT	B
3	Zuzana Zimáni	OPT	B
4	Dorota Neupauerova	OPT	B

Rozvrh dňa Tréningu:

1.10.2019 – 16:00-18:00

Zhodnotenie sústredenia a pretekárov:

Na úvod tréningu sme nastavili lode po výjazde na SP v Šamoríne. Nasledoval krátky meeting, kde sme si povedali čo budeme robiť na vode. Tréning bol zameraný na správny posed v lodi. Jazdili sme dlhé kurzy so zameraním sa na správny posed v lodi. Kurzy na bočný vietor, stúpačka a zadný vietor. Počas tréningu bol veľmi premenlivý vietor, preto nám trochu komplikoval situáciu. Na začiatku bola sila vetra 7-9 m/s s 0,5m vlnami severozápadného kurzu, postupne zoslaboval zhruba na 3 m/s, vlny nám zostali a smer sa otočil na juhozápad. Pretekári sa tomu pri zmene ešte nedokázali prispôbiť. Celkovo hodnotím tréning veľmi dobre, všetci boli koncentrovaný na tréning, keď bol stabilný smer vetra zvládali správnu techniku veľmi dobre.

Meteo podmienky:

Deň: 1.10.2019
Oblačnosť: slnečno
Teplota: 18°C
Vietor: 3-9 m/s

V Bobrovci 2.10.2019

Matej Brestovský