

Lokálne sústredenie

Lokalita	Liptovská Mara
Sústredenie	ČTK 1071 Lokálne sústredenie LM Surf 3
Tréner	Matej Brestovský
Termín	22.5..2019

Číslo	Meno a Priezvisko	Lodná trieda
1	Oliver Lichvár	29er
2	Viktor Mika	29er
3	Barbora Bartánusová	29er
4	Barbora Kocanová	29er

Rozvrh dňa Tréningu:

22.5.2019 – 16:00-18:30

Zhodnotenie sústredenia a pretekárov:

Prvé lokálne sústredenie zamerané na novú lodnú triedu 29er. Na začiatku tréningu sme sa zoznámili so nastrojením lode, základnými pohybmi v lodi hlavne na hrazde. Rozdelili sme si úlohy, pretože sa jedná o dvoj posádku je potrebná súhra oboch pretekárov. Fúkal nám severo-západný vietor 4-5 m/s. Ako prvé vyplávali na vodu dievčatá, tie sa prevrátili už v zátokke pre vyplávaní. Vyskúšali si príjemnú morskú vodu s teplotou okolo 10°C. Potom sme sa snažili udržať loď sťažňom hore čo sa po 45min. zdalo nereálne. Po hodine sme to zabalili a vyrazili na breh, pretože dievčatá boli z toho kúpania a prevracania úplne vyčerpané. Viktor si bohužiaľ nepriniesol veci na vodu a tak chalani strávili tréning iba v motoráku. Bol to však pre nich dobrý tréning, pretože videli množstvo chýb, ktoré viedli k prevráteniu bez toho, aby som im to musel hovoriť. Dievčatá zistili, že kombinácia akú si zvolili Barbora B. kormidlo, a Barbora K. kosatka nebola vhodná aj napriek tomu, že som ich na to pred vyplávaním upozorňoval ☺. Verím, že ďalší bude lepší, už teraz sa na ňho teším. Je to skvelá trieda, veľmi zábavná a rýchla

Meteo podmienky:

Deň:	22.5.2019
Oblačnosť:	Zamračené
Teplota:	12°C
Vietor:	4-5 m/s

V Bobrovci 22.5.2019

Matej Brestovský