

Lokálne sústredenie

Lokalita	Liptovská Mara
Sústredenie	CTK1189 Lokálne sústredenie
Tréner	Matej Brestovský
Termín	4.5.2021

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

Rozvrh dňa Tréningu:

4.5.2021 15:30-18:00

Zhodnotenie sústredenia a pretekárov:

Úvod tréningu bol venovaný príprave materiálu, rozcvičke a brífingu o tom čo sa bude trénovať na vode. Južný premenlivý vietor nám trochu sťažil tréningové podmienky. Venovali sme sa jazde na kurzy a technike obrátov a hálz. Často sa meniaci smer vetra robil posádkam problémy pri jazde proti vetru, nevedeli nájsť optimálny kurz ostro proti vetru. Taktiež sila vetra bola premenlivá čomu bolo potrebné prispôbiť nastavenie plachiet resp. dynamicky meniť a prispôbovať sa aktuálnej situácii. Pretekári sa tomuto vetru ťažko prispôbovali pretože nie sú na neho zvyknutý.

Záver tréningu bol venovaný brífingu.

Vietor: 3,5-5 m/s, Južný, Juhovýchodný a Juhozápadný

Vlny: 0,1m

Teplota: 12°C

V Bobrovci 5.5.2021

Matej Brestovský