

Lokálne sústredenie

Lokalita	Liptovská Mara
Sústredenie	ČTK 1048 Lokálne sústredenie LS LM 29er
Tréner	Matej Brestovský
Termín	8.-9.5.2020

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

Tréning bol preložený z 28.3.2020.

Rozvrh dňa Tréningu:

8.-9.5.2020 10:00-18:00

Zhodnotenie sústredenia a pretekárov:

Tréning sme venovali nácviku štartov. V piatok sme sa venovali hlavne rozjazdeniu, cúvaniu, zastaveniu lode a státiu na čiare. V po obedných hodinách boli dobré veterné podmienky a tak sme sériou cvičení sa snažili zvládnuť jednotlivé techniky. Sobotné počasie nám neprialo a tak sme sa venovali teoretickej príprave. Preberali sme chyby z predošlého dňa, vlajky, a venovali sme sa taktike a stratégii na štarte. Doobedie sme venovali aj kondičnej príprave.

Meteo podmienky:

Deň:	8.-9.5.2020
Oblačnosť:	jasno
Teplota:	24°C
Vietor:	0-5 m/s

V Bobrovci 9.5.2020

Matej Brestovský