Uudiste arhiiv

Kurtide sügisene ühistreeninglaager 31.oktoobrist - 3.novembrini 2019 Jõulumäel



Nädalavahetusel toimus Jõulumäe Tervisekeskuses Eesti Kurtide Spordiliidu ühistreeninglaager. Sügisesest ettevalmistuslaagrist võttis osa 14 sportlast ja 3 abitreenerit. Jõulumäe osutus väga heaks treeningpaigaks ja samuti vedas meil ilmaga. Neljal päeval tehti pikki soojendus-, jooksu- ja hüppeharjutusi mäkke, mängiti jalgpalli, orienteerumist ning läbiti murdmaajooksu kilomeetreid. Õhtud möödusid 2019 hooaega analüüsides ja kokkuvõtteid tehes. Toimusid ka 2020.a. ettevalmistuste ja võistlusperioodiplaanide arutelud. Laager õnnestus hästi ning plaan on jätkata sama traditsiooni järgmisel sügisel.

Viimati muudetud: 06.11.2019

« Tagasi
$(".Ha").hide();