

Mapa Opava (5.) 6.-7.3.

Čtvrtek

17:45 Předrozbor, Místnost TJ Slezan (vedle internátu na Boženy Němcové). Ihned po tréninku. Hadač, Valík

Doba max. 1:30 hod., práce s buzolou, vysvětlení všech třech tréninků.

Pátek

19:00 Start NOB, Mapa Hertice, 1:7 500.

Sraz na konci Hertic u lesa (Kříž).

Trať A(5,3), B(3,7), C(2,8) Staví: Mirek Hadač
Koncentrace na bezchybnou realizaci všech postupů, na práci s buzolou, udržení směru.

Střední tempo.



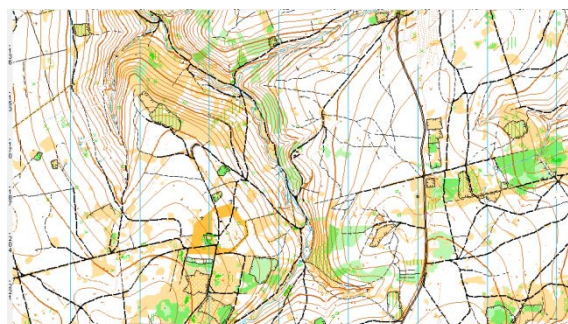
Sobota

10:00 Start Klasika, Mapa BV, 1:10 000.

Sraz Lesní Albrechtice, hřiště.

Trať A(8,5), B(5,7), C(3,4) Staví: Mirek Hadač
Koncentrace na zvolení nejvýhodnější volby a její bezchybná realizace.

Střední tempo.



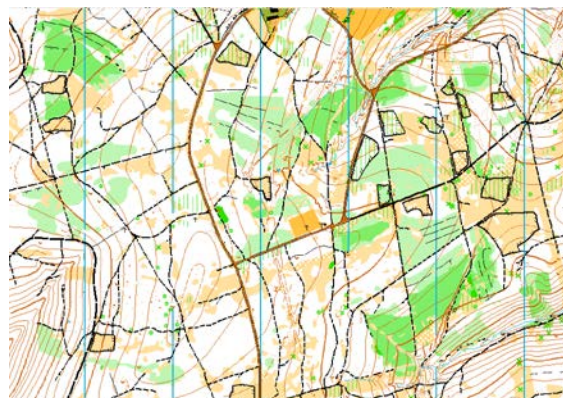
16:00 Start Krátká, Mapa BV, 1:10 000.

Sraz Hájenka.

Trať A(4), B(3,3), C(2,5) Staví: Luděk Valík
Zaměřit se na zapamatování si realizace postupu od kontroly ke kontrole

(Paměťák s mapou v ruce, kdy se opravdu maximálně snažím zapamatovat co nejdelší část postupu, nejlépe celou)

Závodní tempo.



Tréninky jsou na SI sadě.

Kdo má hodinky s GPS, pořídit z tréninků záznamy a ve formátu GPX mi zaslat na:

hadac@nord-service.cz

Tréninky určeny prioritně pro TSM Opava, SCD Opava. **Samozřejmě se může zúčastnit kdokoli další.**

Nahlaste prosím do středy, kdo dorazíte na mail: hadac@nord-service.cz

Technické zabezpečení:

Mirek Hadač, Luděk Valík, Martin Schuster,
Filip Hadač, Jana Kostková