

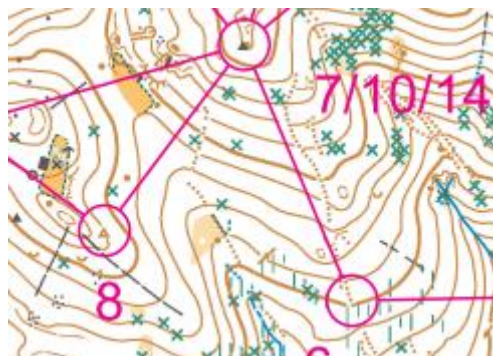
V sobotu 26.3.2022 bol naplánovaný ďalší tréning CTM ZO. Uskutočnil sa aj napriek nízkej účasti 7 pretekárov, (väčšina pretekárov bola na sústredení v Portugalsku), pretože zastávame názor, že každý zdravý pretekár má trénovať bez ohľadu na to, čo práve robia jeho kamaráti.

V doobednajších hodinách absolvovali pretekári OR v disciplíne šprint, preto boli dĺžky skrátene: H18+ 5,9km/20ks a H16+D16 4,3km/15ks.

Tréning bol pripravený ako nácvik vnímania výšok a práce s vrstevnicami vo svahu bez ciest:



v kombinácii s veľmi rýchlymi, ale kondične náročnými pasážami. V teréne bolo pripravených 20 kontrolných stanovišť označených tréningovými = malými lampiónmi (úloha pretekára dobehnúť priamo na miesto bez viditeľnosti veľkého lampiónu z diaľky).



Vzhľadom k nácvikovej forme tréningu nezverejňujeme výsledky. Ďakujeme klubu SKS za poskytnutie mapy pre účely tohto tréningu.

Za CTM ZO spracovala Alena Buková