

Hodnocení 5 ST (říjen).

Závody:

Proběhl 21.10.2017 MOPŽ v Kopřivnici. Všichni žáci si zaplavali osobní rekordy

Trénink:

Příprava byla směřována K MOPŽ v Kopřivnici. V měsíci listopadu nás čekají OPŽ v Havířově dne 18.11.2017, které jsou postupové Pohár žactva ČR. Přístup k tréninku je zodpovědný, přiměřeně k věku dětí.

Odplavali jsme další test pro centrální sledování výkonnosti a to 8x100nohy K, start 4 minuty. Výsledky v příloze.

Ostatní informace Vám budu pravidelně předávat telefonicky nebo e-mailem.

2.11.2017

Vítězslav Hartmann