

Treniņplāns SPORTA GRUPAI

Pārejas periods

VFS, samazināts šāvienu skaits

Starts mazsvarīgās sacensībās

46.treniņnedēļa (09.-15.09.2024.)

pirmdiena, 2024. gada 9. septembris

iesildīšanās.

60 šāvienu, izvēles distance

Atsildīties

otrdiena, 2024. gada 10. septembris

iesildīšanās.

60 šāvienu, izvēles distance

Atsildīties

trešdiena, 2024. gada 11. septembris

iesildīšanās.

60 šāvienu, izvēles distance

Atsildīties

ceturtdiena, 2024. gada 12. septembris

iesildīšanās.

60 šāvienu, izvēles distance

Atsildīties

piektdiena, 2024. gada 13. septembris

iesildīšanās.

60 šāvienu, izvēles distance

Atsildīties

sestdiena, 2024. gada 14. septembris

Aktīvā atpūta

svētdiena, 2024. gada 15. septembris

Aktīvā atpūta