

Treniņplāns SPORTA GRUPAI

Pārejas periods

VFS, samazināts šāvienu skaits

Starts mazsvarīgās sacensībās
48.treniņnedēļa (23.-29.09.2024.)

pirmdiena, 2024. gada 23. septembris

iesildīšanās.

60 šāvienu, izvēles distance

Atsildīties

otrdiena, 2024. gada 24. septembris

iesildīšanās.

60 šāvienu, izvēles distance

Atsildīties

trešdiena, 2024. gada 25. septembris

iesildīšanās.

60 šāvienu, izvēles distance

Atsildīties

ceturtdiena, 2024. gada 26. septembris

iesildīšanās.

60 šāvienu, izvēles distance

Atsildīties

piektdiena, 2024. gada 27. septembris

iesildīšanās.

60 šāvienu, izvēles distance

Atsildīties

sestdiena, 2024. gada 28. septembris

Aktīvā atpūta

svētdiena, 2024. gada 29. septembris

Aktīvā atpūta