

Treniņplāns SPORTA GRUPAI

Sacensību periods

Priekšsacīkšu etaps

Taktiskā šaušana pa mērķi, palielināta distance

36.treniņnedēļa (02.-08.06.2025.)

pirmdiena, 2025. gada 2. jūnijs

Iesildīšanās, VFS viens aplis

(70/60) nepiln.mērķis uz rezultātu vai no 18m dist.profilakt.vingr. - 216 šāv.(6 dist.)

Atsildīties

otrdiena, 2025. gada 3. jūnijs

Iesildīšanās, VFS viens aplis

(70/60) nepiln.mērķis uz rezultātu vai no 18m dist.profilakt.vingr. - 216 šāv.(6 dist.)

Atsildīties

trešdiena, 2025. gada 4. jūnijs

Iesildīšanās, VFS viens aplis

(70/60) nepiln.mērķis uz rezultātu vai no 18m dist.profilakt.vingr. - 216 šāv.(6 dist.)

Atsildīties

ceturtdiena, 2025. gada 5. jūnijs

Iesildīšanās, VFS viens aplis

(70/60) nepiln.mērķis uz rezultātu vai no 18m dist.profilakt.vingr. - 216 šāv.(6 dist.)

Atsildīties

piektdiena, 2025. gada 6. jūnijs

Iesildīšanās, VFS viens aplis

(70/60) nepiln.mērķis uz rezultātu vai no 18m dist.profilakt.vingr. - 216 šāv.(6 dist.)

Atsildīties

sestdiena, 2025. gada 7. jūnijs

Aktīvā atpūta, VFS - pārgājieni, sporta spēles, dalība lokālās loka šaušanas sacensībās.

svētdiena, 2025. gada 8. jūnijs

Aktīvā atpūta, VFS - pārgājieni, sporta spēles, dalība lokālās loka šaušanas sacensībās.