

План Тренировки 2-го февраля

Автор: Борис Пащенко

30.01.2019 16:37 - Обновлено 30.01.2019 16:41

План Тренировки 2-го февраля

*«Буря мглою небо кроет,
Вихри снежные крутя;
То, как зверь, она завоет,
То заплачет, как дитя...»* - ☐ уже не ☐ актуально ☐ - ☐ обещали ☐ тихую и тёплую
погоду - хотя я сам с детства люблю снежные бури ! ☐

Физкультпривет!!

В эту субботу просто тренируемся БЕЗ матча ☐ - ☐ работа над ошибками и техникой на нескольких матчевых ☐ упражнениях, которые стоят там ☐ с Кубка

Не опаздываем утром к началу сбора в 10.00 и стреляем интенсивнее, чтобы натренироваться с утра до 16.00!

План Тренировки 2-го февраля

Автор: Борис Пащенко

30.01.2019 16:37 - Обновлено 30.01.2019 16:41

Учебно-тренировочная программа:

- · Тренировка с ружьём в группах обучения IPSC: «ГОСТЬ» и «КУРС»

- · ЧК и курсанты проходят по многу раз и поэлементно ДВА или ТРИ длинных упражнения Кубка на выбор в секторах 2-4-5-6

- · НАРЕЗНОЙ КАРАБИН и .366 -мм стреляем! вам выделили Сектор 13 = 250м

-

Планируем первый выстрел тренировки в 11.00

Завершение тренировки в 16.00

ЗАПИСЬ - через меня, как обычно - по Форме в Word !

Желающие – Если кто позднее решит присоединиться к очередной Тактической Экспедиции - я буду добавлять вас в Список на Проезд до 22.00 пятницы

План Тренировки 2-го февраля

Автор: Борис Пащенко

30.01.2019 16:37 - Обновлено 30.01.2019 16:41

ЕДА – берите термосы и снедь – кафе будет закрыто

График выездной тренировки

10.00 Начинаем проезд через охрану

После тренировки НАДО СОБРАТЬ ГИЛЬЗЫ в каждом нашем секторе!

**ПЛАН ТРЕНИРОВКИ -группы ПИСТОЛЕТ 3 февраля в Москве у м. Ховрино
вышлю позднее по «Пистолетной Рассылке» - кворум есть! - тренировка
состоится**

адрес уже разослал - кто хочет быть в нашей новой отдельной «Пистолетной
рассылке» - пишите мне.

План Тренировки 2-го февраля

Автор: Борис Пашенко

30.01.2019 16:37 - Обновлено 30.01.2019 16:41

На связи ...

Ваш, Борис