

Młodzi trenują

Autor: Admin

03.09.2018.

Zmieniony 03.09.2018.

Na początku września odbędzie się najważniejszy w sezonie start dla młodych lekkoatletów. Aby dobrze się do niego przygotować, grupa siedleckich sportowców wybrała się na obóz sportowy z klubem WMLKS Nadodrze Powodowo do Rewala.

Pod okiem trenerki klubowej, pani Krystyny Zwirn, szlifowali formę: Natalia Piosik, Paulina Reimann, Wiktoria Przybyła oraz Jan Jankowiak. Mimo iż obóz był w turystycznej miejscowości, młodzi sportowcy nie mieli łatwego zadania, gdyż musieli wykonać ciężką i solidną pracę. Trzeba jednak przyznać, że każdy z nich był bardzo zdeterminowany i pozytywnie nastawiony do działania. Trenerzy są zadowoleni z ich postępów na treningach. Natalia, Wiktoria, a także Janek przygotowywali się pod kątem biegów sprinterskich oraz skoku w dal. Natomiast wiecznie uśmiechnięta Paulinka starała się opanować umiejętności przygotowujące do pchania kulą. Szkolenie było bardzo urozmaicone. Nie zabrakło treningów specjalistycznych na stadionie, biegania brzegiem morza, siłowni, profesjonalnej nauki rozciągania z fizjoterapeutką, a nawet gry w siatkówkę na plaży z trenerem.

Każdy z uczestników obozu, choć troszeczkę zmęczony wysiłkiem fizycznym, wracał do domu uśmiechnięty i przede wszystkim dumny z siebie, że podołał nowym wyzwaniom. Młodzi z niecierpliwością oczekują na pierwsze starty na stadionie. Są głodni nowych rekordów życiowych i sukcesów sportowych. Teraz wystarczy tylko motywować ich do dalszego działania i trzymać mocno kciuki za sukcesy!

LuPka

{gallery}sport99{/gallery}