

Відкрите заняття з функціональної підготовки стрільця-практика. Швидкість-баланс-координація

 1/10

Опис

Спеціалізоване відкрите тренування з функціональної підготовки стрільців, які займаються практичною стрільбою.

Заняття проводить тренер вищої категорії з олімпійського та професійного спорту, тренер з загальнофізичної підготовки Національної збірної України зі сквошу, тренер з спеціалізованої фізичної підготовки ССК Практика, Чемпіон України з американського футболу Олександр Шобик.

Під час тренування ви ознайомитеся з вправами, які направлені на розвиток швидкісних та координаційних навичок стрільців-практиків. Дані вправи входять до програми функціональних тренувань спортсменів ССК Практика і протягом останніх двох років довели свою ефективність.

До участі в тренування запрошуються усі бажаючі. Види зброї: карабін, пістолет, рушниця, міні-карабін, пістолет.

Тренування проводяться з розрядженою зброєю!!! Прапорці безпеки обов'язкові!!!

НАБОЇ НЕ ПОТРІБНІ!!!

Форма одягу та взуття - спортивні (відповідно до погодних умов на стрільбищі).

Зважаючи на інтенсивність тренування рекомендуємо взяти з собою воду та змінний одяг.

Запитання щодо тренування адресуйте через Фейсбук-месенджер <https://www.facebook.com/sasha.shobik>

Дата проведення

16.11.2019 08:30 - 09:30

Реєстрація

06.11.2019 - 16.11.2019

Місце проведення

Стрільбище ПРАКТИКА
Україна, Капітанівка, Лесная, 1-Г
GPS 50.44215 : 30.20449

СТРІЛЬБИЩЕ ПРАКТИКА



**ВІДКРИТЕ ТРЕНУВАННЯ
ФУНКЦІОНАЛЬНА
ПІДГОТОВКА
СТРІЛЬЦЯ-ПРАКТИКА**

 1/10 **Проведено**

ОРГАНІЗАТОРИ



Стрільцький клуб
"Практика" / Київ
Клуб

Україна, Капітанівка,
вулиця Лісова

+380(67)632-23-13

zbaranskyy@practica.org.ua



Шобик Олександр
Інструктор

+380(93)029-26-68

[Показати на карті](#)

Рівень учасників

Початківець

Кількість учасників

10

Кількість пострілів

1

Реєстраційний внесок

300 грн.