

Podzimní soustředění Provodín 22. až 24.11.

Napsal uživatel Eiselt Miloš
Čtvrtek, 28 Listopad 2019 21:20

O víkendu 22.11. až 24.11. se konalo oddílové sportovní soustředění v Provodíně u Doks. Účastnilo se jej 15 členů oddílu. V pátek večer jsme se ubytovali v pensionu Dřevěnka v Provodíně, a vyběhli na noční trénink. Trénink proběhl na nedaleké mapě Hraniční důl. Běh v noci je úplně něco jiného než ve dne. Není vidět na velkou vzdálenost, což ztěžuje orientaci.

Ráno nás přivítalo větrným počasím, které bylo příčinou, že nešel elektrický proud. Po snídani připravené na plynovém sporáku, jsme přešli auty do Doks, kde jsme na mapě Králův stolec běhali okruhy. Bohužel jsme zapomněli vzít nulovací, startovací a cílovou SI krabičku, takže si každý měřil čas sám. Po skončení tréninku následoval přesun zpět na penzion na oběd, a po obědě byly na programu půlčíslové štafety. Tentokrát na mapě Spáleníště. Startovali jsme dosti pozdě, takže jsme dobíhali již za šera. Pro pokročilý čas jsme zrušili plánovanou návštěvu wellness v hotelu PORT.

V neděli byl na programu už jen jediný trénink a to middle. Opět se běželo na mapě Hraniční důl. Dosažené časy na všech trénincích nebyly nejdůležitější. Hlavně že jsme si zaběhali ve vyšší intenzitě v jiném terénu než mám u nás. Celkově hodnotím soustředění jako povedené.