Чижикова Е.А., «За майским снегом в Хибины!

цель: Уверенное прохождение поворотов с применением вариантов стоек, правильного выбора пути прохождения, отработка мощного старта, ускорения при ведении лыж по длинной дуге.

Тренер фиксирует прохождение трассы с использование видеосъемки. Корректировка ошибок спортсменов на старте по рации.

Вся группа по окончании тренировки участвует в снятии трассы.

В режиме тренировочного дня на собрании производится просмотр видеоматериала по каждому спортсмену, даются рекомендации по технике.

Тренер Чижикова Е. А.

https://infourok.ru/za-majskim-snegom-v-hibiny-8031526.html