

VABILO NA

## DRUGI TRENING KAMP 2013/2014 (TK 2)

TK 2 se hitro približuje...

1. TK 2 bo potekal od **21. do 23. februarja** na Cresu v povezavi z tekmo Kvarner bay challenge (22-23.2.2014; <http://kbchallenge.com>).
2. Tja bomo torej prispeli en dan pred prvo tekmo, se udeležili obeh tekem, hkrati pa bomo imeli še nekaj tehničnih treningov in analiz dosedanjih tekem.
3. Pred odhodom na Cres bomo v Ljubljani izvedli **test teka na 3000 metrov**.
4. Cena TK 2 je **80€**.
  - a. Cena za A reprezentante je **40€**
  - b. Cena za B reprezentante je **60€**
5. Startnina za tekmi **Kvarner bay challenge** ni v ceni trening kampa. Za udeležbo na tekmi so organizatorji odločili »zaračunati« le prostovoljne prispevke. **Vsak, ki se je bo udeležil prostovoljno prispeva!**
6. Rok za prijavo je **3. 2. 2013**
7. Prijavite se lahko tukaj: [Google docs](#)

### OKVIRNI PROGRAM TK 2 - CRES

#### Petek, 21. 2. 2014

Test na 3000m, predavanje in demonstracija pravilnega ogrevanja, trening na polodprtem terenu 1:15000 ali 1:25000, priprava na teren in tip sobotne tekme

#### Sobota, 22. 2. 2014

Tekma KBC, analiza tekme, popoldanski sprint, večerni iztek

#### Nedelja, 23. 2. 2014

Tekma KBC, analiza tekme

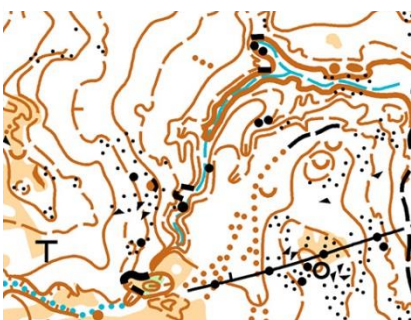
Večeri bodo namenjeni predavanjem, analizam treningov in druženju.

Program se lahko spremeni glede na vreme ipd.

**Dodatne informacije bodo na strani Mladinske reprezentance:**  
<http://www.orientacijska-zveza.si/mladinska.html>



Sliki: Kvarner bay challenge, teren in karta



### Oprema

Tekaška oprema, orientacijska oprema, svetilka, oblačila proti vetru

### Dodatne informacije

Za kakršnokoli informacijo me lahko kontaktirate na: [jan.dovc@gmail.com](mailto:jan.dovc@gmail.com). Za informacije o TK 2 se lahko obrnete tudi na Jureta: [zmrzlikar.jure@gmail.com](mailto:zmrzlikar.jure@gmail.com).

*Upam da se vidimo, do takrat pa srečno!*