

Zimowy obóz nabiegowkach.pl (17-23.02.2013)

Autor: Michał Rolski - 02/25/2013 15:01

Cześć!

Odezwiście się do nas. Jak tam po obozie? Zadowoleni? Wypoczęci?

=====

Odp: Zimowy obóz nabiegowkach.pl (17-23.02.2013)

Autor: Michał Sowinski - 03/08/2013 21:22

No tak, a my rozkoszowaliśmy się z Tobą i było super 😊

Przy okazji polecam nowy wpis na moim blogu:

paragrafowanie.blogspot.com/2013/03/spor...stwo-biegowe-w.html

=====

Odp: Zimowy obóz nabiegowkach.pl (17-23.02.2013)

Autor: Asia Rączka - 03/10/2013 00:04

Obóz był wspaniały! Serdecznie wszystkich pozdrawiam i jeszcze raz dziękuję Michałowi - organizatorowi i znakomitym instruktorom - szczególnie Markowi i Edkowi. Naprawdę dużo się nauczyłam. Edziu! Specjalne dzięki za jednokrok, opornie mi to szło, dopiero w ostatnim dniu udało Ci się mnie tego nauczyć. I przydało się w Biegu Piastów - bardzo!

Dla informacji - byłam 170 i w kategorii 19. Czas 01.02.49.

To dane wyjściowe - do poprawienia w przyszłym roku. Jak ktoś nie wie, biegłam na 10 km.

Miałam w tym tygodniu robotę na Słowacji w Wysokich Tatrach - tak się złożyło, że miałam potem cały dzień wolny - jak myślicie, które narty zabrałam?

Pieniądze zaoszczędzone na wyciągu idą na fundusz sprzętowy - z przeznaczeniem na nowe narty.

Do zobaczenia w przyszłym roku.

Asia

=====

Odp: Zimowy obóz nabiegowkach.pl (17-23.02.2013)

Autor: aga.hinczyca - 03/19/2013 21:34

Hej Asia,

gratulacje za udział i wynik w Biegu Piastów 🏆

Nie miałabyś ochoty wybrać się na narty w najbliższy weekend? Miejscówka wg artykułu pod adresem:
nabiegowkach.pl/Miejsca/Gdzie-na-biegowk...e-przed-odwilza.html

Z KRK to jakieś 1,5h drogi.

Daj znać, mój nr tel 609 663 303.

Pozdrawiam,

Aga

p.s. Mam nadzieję, że kuracja limonkowa przyniosła efekty i wszystkie dolegliwości minęły 🏆

=====

Odp: Zimowy obóz nabiegowkach.pl (17-23.02.2013)

Autor: hekatenowak - 11/01/2013 16:58

Czy w tym sezonie przewidziane są jakieś obozy? 🏆

Słyszałam, że obozy są świetne i warto brać w nich udział 🏆

=====

Odp: Zimowy obóz nabiegowkach.pl (17-23.02.2013)

Autor: Michał Rolski - 11/01/2013 18:59

Będą obozy także w sezonie 2014. Wszystko o obozach można znaleźć w dziele "trening i technika"; -> "Obozy treningowe";.

=====