

PM

Torsdagsträning 2018-04-05

Degeberga

Skala: 1:10.000

Ekvidistans: 5m

Start: 300m

Målsättning:

Hitta ett bra flyt från början.

Träna dina rutiner.

Ha bra framförhållning:

- Bestäm vägval
- Bestäm attackpunkt
- Kolla riktningen ofta men särskilt:
 - när du lämnar attackpunkten
 - när du lämnar kontrollen

Lösa angivelse finns till medeldistans banan.