



ZADEVA: Vabilo na odprti trening U18 in U16 – Koper, Žusterna (15. 3. 2025)

Spoštovani kajakaški klubi, trenerji ter tekmovalci kategorij U18 in U16, vabimo vse starejše mladince, ki so del izbrane ekipe, starejše mladince, ki niso v ekipi, ter mlajše mladince U16 (letnika 2009, 2010) na **odprti trening** v Kopru. To bo prva letošnja skupna akcija za tekmovalce U16, zato je trening odprt za vse mlajše mladince.

Program

📍 **Lokacija:** Center vodnih športov Žusterna, Istrska cesta 70, Koper

📅 **Datum:** Sobota, 15. 3. 2025

🕒 **Zbor:** ob 9.00

Razporeditev po skupinah glede na prijave, ki so narejene do četrтка.

🕒 **9.30**– Na vodo

Izvedba treninga bo prilagojena pogojem na vodi. Trening bo osredotočen na osnove veslanja, veslanje z uporom, učinkovito tehniko in veslanje na valu.

12.00 Delavnica: dihanje, aktivni počitek (stretching, valjčkanje...)

Predstavitev letnega načrta in pravil.

Prijave in dodatne informacije

📞 **U18** – Stjepan Janić (040 457 230)

📞 **U16** – Dejan Testen (041 352 551)

Prijave potekajo prek WhatsApp skupine **U18 in U16 2025** do **četrтка, 13. 3. 2025**.

Lep pozdrav!