

Piraya-gruppen - mai 2019

I mai har vi hatt fokus på butterfly-teknikk. Vi har øvd på linje, beinspark (kick), armtak, timing mellom armer og bein, vending og start.

Piraya-gruppen har deltatt på ett stevne i mai:

- Stord Cup ble arrangert av Stord Symjing i Stord kulturhus. Piraya-gruppen stilte med 10 utøvere. Alle koste seg masse på tur sammen og svømte veldig bra!

I uke 21 og 22 gjennomførte vi alle testseriene:

- 100-800 kontinuerlig crawl svømmetest. Snittet for hele gruppen per 100m i mai ble på 2.56,3. I april var snittet 3.02,5. Veldig bra!
- 1-8x100 crawl svømmetest. Snittet for hele gruppen i mai ble på 2.46,5. I april var snittet 2.35,4.

I juni skal Piraya-gruppen delta på klubbstevnet, VS summer games, og sommeravslutning. Husk å melde på dette.

Siste trening før sommerferien er torsdag 20. juni.

Mvh

Malin Moldeklev Dahle

Hovedtrener Piraya-, D- og C-gruppen