

Piraya-gruppen - Mars 2019

I mars har vi hatt fokus på rygg-teknikk. Vi har øvd på linje, beinspark, rotasjon, armtak, vending og ryggstart.

Piraya-gruppen har deltatt på ett stevne i mars:

- Yngeltreff - Dette stevnet ble arrangert på Ågotnes av Vestkantsvømmerne. Det var 15 utøvere fra Piraya-gruppen som deltok på dette stevnet. Det ble mye mestringsfølelse denne helgen, mange satte personlige rekorder og vi koste oss veldig i lag!

I uke 13 gjennomførte vi alle testseriene:

- 100-800 kontinuerlig crawl svømmetest. Snittet for hele gruppen per 100m i mars ble på 2.43,2. I februar var snittet 2.57,9. Kjempe bra!
- 1-8x100 crawl svømmetest. Snittet for hele gruppen i mars ble på 2.45,2. I februar var snittet 2.53,3. Kjempe flott!

I april er det ikke så mye som skjer for Piraya-gruppen. I mai skal gruppen på et stevne på Stord. Det er og 17. mai, hvor Vestkantsvømmerne går sammen i hovedprosesjonen i Bergen. Håper flest mulig kan stille der!

Mvh

Malin Moldeklev Dahle

Hovedtrener Piraya-, D- og C-gruppen