

40 000 km wspólnie na nartorolkach w 2016 roku

Autor: Szklarz - 01/02/2016 00:18

Nowy rok, nowy cel.

=====

Odp: 40 000 km wspólnie na nartorolkach w 2016 roku

Autor: Alicja - 12/31/2016 16:08

Ja już nie dorzucę nic, bo weekend spędzam na biegówkach.

W tym roku zanotowałam gorszy wynik (prawie 1300 km), niż nawet w 2014, ale tylko pod względem liczby kilometrów. A liczy się też jakość, nie? 😊

Sprawnie biegam dwiema technikami, no i z powodzeniem zadebiutowałam w zawodach nartorolkowych (12 startów, w tym większość to uphill górskie klasykiem).

Dlatego uważam, że nartorolkowo to był bardzo udany rok, choć mniej dni treningowych było, bo jednak trzeba też czasem poćwiczyć bez kólek, żeby biegać na nich lepiej.

Życzę wszystkim, by 2017 był udanym rokiem, z nowymi wyzwaniami, celami i zadowoleniem z własnych, nawet małych sukcesów.

Pozdrawiam sylwestrowo całą ekipę z tego wątku!

Alicja

=====

Odp: 40 000 km wspólnie na nartorolkach w 2016 roku

Autor: Holly - 12/31/2016 16:09

Dla wszystkich na forum:

SAMYCH SUKCESÓW W 2017 ROKU !!!

=====

Odp: 40 000 km wspólnie na nartorolkach w 2016 roku

Autor: Michał Rolski - 12/31/2016 16:18

Wszystkim znajomym z forum, szczególnie tym, którzy zbierają z nami kilometry, życzę w Nowym Roku

samych pogodnych dni, gładkiego asfaltu i miękkiego, gdy przyjdzie się z nim bliżej spotkać. Byśmy mogli cieszyć się naszą aktywnością każdego dnia.

=====

Odp: 40 000 km wspólnie na nartorolkach w 2016 roku

Autor: Gumiś - 12/31/2016 17:06

Witam szanowne koleżeństwo życząc wszystkim do siego roku 🍷

Na koniec roku dokładam dzisiejszą sylwestrową wycieczkę 47 km 🍷

Razem 21 816 km

=====