

Przyznać się kogo wczoraj mijałem na Zawiszy :)

Autor: Gumers - 08/24/2016 14:58

Szkoda że wczoraj miałem długi trening i nie mogłem się zatrzymać - ale może się ktoś przyzna kogo mijałem wczoraj na Placu Zawiszy w Warszawie?

=====

Odp: Przyznać się kogo wczoraj mijałem na Zawiszy :)

Autor: Holly - 08/24/2016 17:30

Z innej beczki: Gumers dlaczego nie dodajesz kilometry na forum? Obraziłeś się na Nas???

=====

Odp: Przyznać się kogo wczoraj mijałem na Zawiszy :)

Autor: Gumers - 08/24/2016 21:00

Absolutnie się na Was nie obraziłem. Kiedy zaczynałem, dodawanie km mnie motywowało ale przy okazji za bardzo się podkręcałem do robienia dystansów. Doprowadziło mnie to do kilku kontuzji i frustracji.

Z drugiej strony pamiętam jak mnie frustrowało jako początkującego czytanie np. ile km robisz co dzień.

Wyciszyłem się i trenuję samotnie nie tylko na rolkach ale także nad swoimi zapędami. Kiedy włączę się do dopisywania znowu wróci efekt rywalizacji - niestety mam takie skrzywienie. Ale pracuję nad sobą 🙏

Obecnie robię ok 200km tygodniowo, przy czym raz w miesiącu robię trasę 60 km, wszystko w kryterium miejskim.

Na forum często bywam ale nie zaglądam do kilometrażu. Cenię Wasze rady i czasami coś podpowiem z własnego doświadczenia.

Zapisałem się na 3.09 na Sprinty w Wesołej ale raczej nie po wynik a by zobaczyć się z innymi. Zastanawiam się także nad uphilem w Nowym Sączu, wiem że ktoś planuje tam pojechać, może się dołączę.

Pozdrawiam i trzymam kciuki !

=====

Odp: Przyznać się kogo wczoraj mijałem na Zawiszy :)

Autor: Michał Rolski - 08/25/2016 07:28

Na Przehyba Uphill zapowiada się grupka zawodników na pompowanych kołach. Niedługo ruszą zapisy,

to będzie widać kto w tej kategorii będzie startował.

=====

Odp: Przyznać się kogo wczoraj miałem na Zawiszy :)

Autor: Wojt - 08/25/2016 10:01

cześć Gumers,

Mam taką prośbę, że mógłbyś jednorazowo dopisać do zbiórki swoje kilometry. Założyliśmy na początku roku 40 000 km (dookoła Ziemi), ale coś wygląda, że bez pomocy, z kilkoma osobami, które tu wpisują, nie damy rady. Jednorazowy wpis, mam nadzieję, nie będzie powodował negatywnego wpływu na ustalony przez Ciebie plan treningowy, a nam w ogólnej puli bardzo się przyda 😊

Pozdrowienia z Opola

Wojt

=====

Odp: Przyznać się kogo wczoraj miałem na Zawiszy :)

Autor: Michał Rolski - 08/25/2016 11:20

Tylko, że taki jednorazowy wpis jest niezgodny z naszymi zasadami, które przyjęliśmy przy zbieraniu kilometrów na forum. Umówiliśmy się kiedyś, że można co najwyżej wpisać zaległe kilometry z danego miesiąca, ale nie starsze.

=====