

Karta ćwiczeń

"CELE I WNIOSKI ZE STARTU"

Moje wnioski ze startu (zawody, mecz, walka) :

Nazwa wydarzenia sportowego

**CELE ZADANIOWE / MISTRZOWSKIE
DO REALIZACJI PODCZAS STARTU :**

**Z REALIZACJI JAKICH ELEMENTÓW
JESTEM ZADOWOLONY ? CO SIĘ UDAŁO ?**

**CO CHCIAŁBYM ZMIEŃĆ W SWOIM
WYKONANIU SPORTOWYM ?**

*Wnioski i podsumowanie
pod kolejny start :*