|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

| ДНЕВНИК ТРЕНИРОВОК И СОРЕВНОВАНИЙ |
| --- |
| Место: | Дата: |
| **Патроны и ружьё:** | **Машинки и мишени:** |
| ПОГОДНЫЕ УСЛОВИЯ И МЕСТНОСТЬ |
| **Погода:**  |
| **Ветер:**  | **Освещение:**  |
| **Температура/Влажность:** | **Используемые линзы:** |
| **Задний план:**  | **Точка подбора:** |
| **Общий рейтинг:** 1 [ ]  2 [ ]  3 [ ]  4 [ ]  5 [ ]  6 [ ]  7 [ ]  8 [ ]  9 [ ]  10 [ ]  |
| СОСТОЯНИЕ СПОРТСМЕНА |
|  |
| **Общий рейтинг:** 1 [ ]  2 [ ]  3 [ ]  4 [ ]  5 [ ]  6 [ ]  7 [ ]  8 [ ]  9 [ ]  10 [ ]  |
| НАМЕРЕНИЕ И ЦЕЛИ |
| **Намерение:**  |
| **Методы:** |
| **Цели:**  |
| ИТОГИ И РЕЗУЛЬТАТЫ |
|  |
| ОЦЕНИТЕ ТРЕНИРОВКУ |
| **Общий рейтинг:** 1 [ ]  2 [ ]  3 [ ]  4 [ ]  5 [ ]  6 [ ]  7 [ ]  8 [ ]  9 [ ]  10 [ ]  |
| ЗАВЕРШЕНИЕ |
|  |

 |

| ДНЕВНИК ТРЕНИРОВОК И СОРЕВНОВАНИЙ |
| --- |
| Место: | Место: |
| **Патроны и ружьё:** | **Машинки и мишени:** |
| ПОГОДНЫЕ УСЛОВИЯ И МЕСТНОСТЬ |
| **Погода:**  |
| **Ветер:**  | **Освещение:**  |
| **Температура/Влажность:** | **Используемые линзы:** |
| **Задний план:**  | **Точка подбора:**  |
| **Общий рейтинг:** 1 [ ]  2 [ ]  3 [ ]  4 [ ]  5 [ ]  6 [ ]  7 [ ]  8 [ ]  9 [ ]  10 [ ]  |
| СОСТОЯНИЕ СПОРТСМЕНА |
|  |
| **Общий рейтинг:** 1 [ ]  2 [ ]  3 [ ]  4 [ ]  5 [ ]  6 [ ]  7 [ ]  8 [ ]  9 [ ]  10 [ ]  |
| НАМЕРЕНИЕ И ЦЕЛИ |
| **Намерение:**  |
| **Методы:** |
| **Цели:**  |
| ИТОГИ И РЕЗУЛЬТАТЫ |
|  |
| ОЦЕНИТЕ ТРЕНИРОВКУ |
| **Общий рейтинг:** 1 [ ]  2 [ ]  3 [ ]  4 [ ]  5 [ ]  6 [ ]  7 [ ]  8 [ ]  9 [ ]  10 [ ]  |
| ЗАВЕРШЕНИЕ |
|  |

 |