



**LATVIJAS MOTOSPORTA FEDERĀCIJA**



Dzērbenes 27, Rīga, LV-1006 • Tālrunis 67845851, 29441380 • Fakss 67845844 • E-pasts [moto@lamsf.lv](mailto:moto@lamsf.lv) • Web [www.lamsf.lv](http://www.lamsf.lv)  
Reģ.Nr. 40008022951 • A/S Swedbank HABALV22, LV24HABA055101080994

## **Возможность подать заявку на женские тренировочные дни мотокросса вместе с LaMSF тренерами Леону Козловски и Дигну Тучу!**

**Новый сезон мотокросса уже начался и идет полным ходом, чтобы лучше подготовиться и улутшить многие навыки, 25. июня, в сотрудничестве с Латвиской федерацией мотоспорта (LaMSF) и Международной федерацией мотоспорта (FIM), Цесис, „Ezerkalna мототрасса" будет начаты женские дни тренировок 85см<sup>3</sup>, 125см<sup>3</sup>, 250см<sup>3</sup> класса гонщикам. Главный тренер мотокросса- опытный спортсмен, который по прежнему активно представляет Латвию в Мировом кубке ветераном классе, также и неоднократно удачно представляя имя Латвии в мире и по прежнему сильный конкурент другим гонщикам - Леонс Козловскис. Про VFS отвечает Дигна Тучу, Латвиский мастер в греблях, которая удачно представляла Латвию в чемпионатах Мира и Европы, на данный момент работает VFS тренером в Вентспилс спортивной школе и перепадает частные тренировки. Подать заявку в лагерь можно до 30. мая!**

Дни тренировок пройдут с 25.-28. июня, после которых будут организовано участие ВМА Восточно европейские соревнования в Стелпе. В дни тренировок новым гонщикам будут даны ценные советы и знания, чтобы улутшить результат на трассе. Будут даны советы не только по вождению на трассе, но и по подготовке не в трассе. В обучение главный упор буду ставить на стабильной езде и контроле мотоцикла, чтобы можно было уверенно ехать. Тренировки будут разные и с обучением элементов и с короткими и длинными заездами, также и с стартами. Главное, буду пытаться мотивировать девочек и учить правильно подходить к соревнованиям, рассказывает Козловскис. Но Дигна настаивает, что не только тренировки на трассе дают хороший результат на финише. Большое значения физической подготовности, чтобы удачно выдержать заезд и показать высокие достижения. Она настаивает, что спортсменкам нужно знать, что надо быть в хорошей физической форме, и главное правильно размяться это успех удачного старта.

Для тренировок будет использована „Ezerkalna мототрасса" в свою очередь VFS тренировочные процессы будут проходить на месте базе лагеря в Приекульском округе, в гостевом доме „Vējnes." Благодаря FIM поддержке, участницам будет шанс предоставить без платную аренду трассы, тренировки и консультации с тренером, проживание и питание, также и участие в ВМА Восточно европейские соревнованиях в Стелпе в 28. июня, также и разные сюрпризы. Участницам и их сопровождающему будет дан шанс свой транспорт и

кемпер поставить на без платной авто стоянке, на территории мероприятие. Подробная информация о днях тренировок и расписание дня будет отослана в ближайшие дни. Прошу информировать про свое участие подав заявку лично у Янике Дзегузы, которая будет ответственной за лагерь. Телефон [22333953](tel:22333953), почта: [janika@lamsf.lv](mailto:janika@lamsf.lv). Это раз напоминаем что подать заявку можно до 30 мая. Если есть вопросы, смело свяжитесь с нами.