

# Пакет 15.000

- 1) Ведение в программе TrainingPeaks. Все тренировки прописываются в Training Peaks + дополнительно высылаются инструкция по этой программе.
  - 2) Общение только в TrainingPeaks. Все общение идет только в программе Training Peaks в комментариях под тренировками, в конце недели тренер делает общее резюмирование тренировочной недели.
  - 3) План прописывается на 1 неделю без возможности корректировки. После согласования со спортсменом его графика прописывается план тренировок на одну неделю, без возможности корректировки тренером. Если нужно в течении недели поменять тренировки местами, спортсмен делает это самостоятельно, но в комментарии обязательно указать эти изменения и причину.
  - 4) Восстановление. Прописывается восстановление исходя из того инвентаря что имеется у спортсмена.
- \*В государственные праздники общение только в TrainingPeaks

Обязательное приобретение платной подписки в TrainingPeaks – иначе уведомления о комментариях приходить не будут, и ответ на ваш вопрос вы получите с большим опозданием.

