# TK 3 – Kras

Trening kamp je potekal na Krasu. TK je bil izveden v organizaciji DROT in je obsegal 6 treningov. Treningi so bili večinoma narejeni v dveh, nekateri pa v treh težavnostnih stopnjah. V celoti ali delno se je TK udeležilo 35 Slovenskih, 10 Hrvaških in 10 Italijanskih udeležencev. Od Slovencev je bilo 27 udeležencev iz mladinskih kategorij. Nastanjeni smo bili v mladinskem hostlu v Pliskovici. Kosila smo jedli na turistični kmetiji Petelin-Durcik. Zajtrki so bili organizirani v hostlu, večerje pa smo si kuhali sami.

Opravili smo 6 treningov:

Sobota

* Trening menjavanja tempa
* Trening težkih srednjih prog

Nedelja

* Trening intervalov
* Trening dolgih etap

Ponedeljek

* Trening tekma srednje razdalje
* Koridor