

Desiree Emmen zwemt eerste periode lac vol

Zaterdag 23 november was Desiree Emmen van OZ&PC De Warande te vinden in Vlissingen voor een lac wedstrijd. Eigenlijk zou Desiree starten op de 1500m vrije slag maar gezien dat ze niet meer getraind heeft na het plaatsnemen van een Reveel was het omgezet naar de 200m wisselslag want ook die stond nog open.



Er is bij Desiree een stick geplaatst om te kijken hoe haar hartslag werkt dit is uit alle onderzoeken gekomen met haar blessure.

Het is nu weer terug klimmen uit een diep dal maar er is genoeg tijd naar de zomer toe.

De 200m wisselslag liep zaterdag niet helemaal lekker want de stick was goed voelbaar maar de afstand is uitgezwommen.

De 1500m mag zowel in periode 1 als 2 worden gezwommen dus dat wordt weer een doel om naar toe te trainen.

In periode 1 wordt de 800m vrije slag en de 200m wisselslag gezwommen en in periode 2 de 2000m vrije slag en de 400m wisselslag.