



INTYG

Svemo Masters MX Academy

har genomgått ovanstående utbildning.
Ett projekt godkänt av Svemo Motocrossektion.

Utbildningen har genomförts i form av träningsläger, kombinerat med förarutbildning inom följande områden:

Körteknik

Grundläggande körteknik, kurvteknik, hopp, kraftdisponering m.m.

Skyddsutrustning

Vilken skyddsutrustning som skyddar på bästa sätt.

Maskinservice

”ta hand om din motocross” före, under och efter träning/tävling.

Kost och träningslära

Vägledning och information om mat och dryck som är bra för en crossförare m.m.



Jonna Teräshauta photo

Klubb och Datum

SVEMO

SVENSKA MOTORCYKEL- OCH SNÖSKOTERFÖRBUNDET