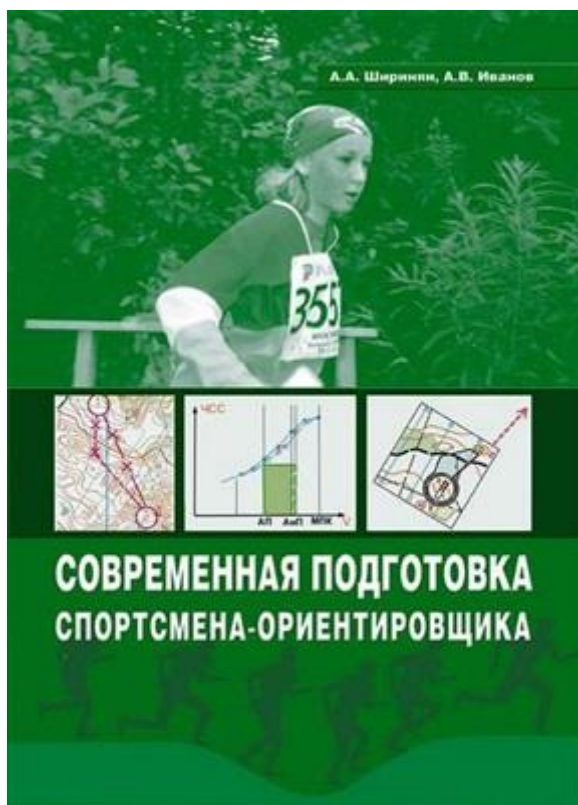


Иванов А.В., Ширинян А.А.

Современная подготовка спортсмена-ориентировщика



2-е изд., испр. — М. : Советский спорт, 2010 .— 112 с. : ил. — ISBN 978-5-9718-0465-9

В книге доступным языком излагаются основы современной подготовки в спортивном ориентировании. Авторы, обладая огромным опытом теоретической, исследовательской, педагогической и организационной деятельности в спорте, поставили перед собой цель описать те основополагающие принципы и идеи, осмысление которых поможет спортсменам и их тренерам в построении грамотного и последовательного индивидуального тренировочного процесса.