Warszawa 00-643, ul. Nowowiejska 5/44
tel.: 0 22 840 45 57;

e-mail: biuro@pztaekwondo.pl
NIP 779-20-26-124, REGON 430096079

# KURSOKONFERENCJA – DOSZKOLENIE TRENERÓW, SĘDZIÓW I EGZAMINATORÓW PZTO

## 13-15 GRUDNIA 2019 R.
## Holiday Park Hotel*** ul. Heroldów 1b, 01-991 WARSZAWA

## PROGRAM RAMOWY
**(PZTO zastrzega sobie prawo do zmian)**




**<u>Piątek 13.12.</u>**

**15:00-18:00**: przyjazd, zakwaterowanie uczestników i rejestracja

**18:30-19:30 – trenerzy, sędziowie i egzaminatorzy, sala wykładowa (sala Plenarna IIIp.)**
Podsumowanie akcji szkoleniowych PZTO w 2019 roku. Omówienie zamierzeń szkoleniowych na 2020 rok.
Wykładowcy: A. Chmielarz, M. Chorzelewski, W. Łakomy, W. Pyzel, A. Bartosiewicz, M. Ruta, P. Baranowski, M. Pawlak

**19:30-20:30 - trenerzy, sędziowie i egzaminatorzy, sala wykładowa (sala Plenarna IIIp.)**
Podsumowanie programów realizowanych przez PZTO, w tym Sport Wszystkich Dzieci, szkolenie Para Taekwondo, szkolenie Poomsae w 2019 r i omówienie zamierzeń na rok 2020.
Wykładowcy: A. Chmielarz, P. Baranowski/M. Furman, Ł.Jóźwiak, M. Pawlak.

.
**20:30:** kolacja i forum dyskusyjne **trenerów, sędziów i egzaminatorów**.

**<u>Sobota 14.12.</u>**

**7:00-8:30 –** śniadanie

8:45 – wyjazd z hotelu na halę sportową (CRS, ul. Lindego 20)

**9:00-10:45 -** Blok I

a. **Trenerzy:** Przedstawienie obecnych trendów szkoleniowych: rozwiązania techniczne oraz taktyczne – teoria i praktyka (obowiązkowy strój dobok) oraz zabezpieczenie fizjoterapeutyczne w treningu motorycznym zawodników– sala ćwiczeń (sala CRS Bielany)
   Wykładowcy: M.Chorzelewski, W.Łakomy, W.Pyzel, Sz. Urbanowski
b. **Sędziowie:** Teoria – bieżące przepisy i ich interpretacja - sala wykładowa (sala CRS Bielany.)
   Wykładowcy: A. Scheffler, M. Rudy, A. Rapita

**10:45-11:00 -** przerwa

**11:00-12:15 -** Blok II

**a. Trenerzy:** organizacja szkolenia z uwzględnieniem najnowszych trendów szkoleniowych – sala wykładowa (sala Warszawska I p.)
   Wykładowcy: M.Chorzelewski, W.Łakomy, W.Pyzel

**c. Sędziowie:** stosowanie bieżących przepisów w praktyce (obowiązkowy strój dobok) – sala ćwiczeń (sala Warszawska parter)
   Wykładowcy: A. Scheffler, M. Rudy, A. Rapita

**12:15-12:30 –** przerwa

**12:30-13:30 –** Blok III wspólny **dla trenerów i sędziów**

**a.** Sekundowanie zawodnikowi, a stosowanie bieżących przepisów walki – teoria - sala wykładowa (sala Warszawska I p.)
   Wykładowcy: M.Chorzelewski, W.Łakomy, W.Pyzel, A. Scheffler, M. Rudy, A. Rapita

13:40 – wyjazd z hali do hotelu

**14:00-15:00** – obiad

15:15 – wyjazd z hotelu na halę sportową (CRS, ul. Lindego 20)

**15:30-17:00 –** Blok IV **dla sędziów**

**a.** Testy teoretyczne i praktyczne, w tym egzamin na podwyższanie klasy sędziowskiej - sala ćwiczeń (sala Warszawska parter)
Wykładowcy: K. Aleszczyk, K. Stożek

Blok V **dla egzaminatorów i sędziów poomsae i para oraz trenerzy niebędący egzaminatorami i sędziami poomsae i para**

**17:00–18:00 –** Teoria - sala wykładowa (sala Warszawska I p.)
**18:00-18:30 –** praktyka, obowiązkowy strój: dobok - sala ćwiczeń (sala Warszawska parter)

**18:30-20:00 – Testy**

**b.** Testy teoretyczne i praktyczne, w tym egzamin na podwyższanie klasy sędziowskiej, obowiązkowy strój: dobok – hala sportowa CRS
Wykładowcy: A. Scheffler, K. Stożek
**c.** Testy z teorii i praktyki dla egzaminatorów, obowiązkowy strój: dobok – hala sportowa CRS
Wykładowcy: A. Chmielarz, Cheolin Kang.
**d.** Testy teoretyczne dla trenerów – hala sportowa CRS.
Wykładowcy: M. Chorzelewski, W. Pyzel.

20:10 – wyjazd z hali do hotelu.

**20:30-22:00 –** kolacja i forum dyskusyjne **trenerów, sędziów i egzaminatorów**.

**<u>Niedziela 15.12.</u>**

Wykwaterowanie i zwrot kluczy do recepcji do godz. 12:00.

**7:00-8:30 –** śniadanie

**9:00 – 9:20 – Trenerzy, sędziowie, egzaminatorzy**
**Antydoping w sporcie**
Wykładowca: Ł. Jóźwiak

| |
|---|
| **9:30-10:30 – podsumowanie i zakończenie kursokonferencji**<br>Wykładowcy: A. Chmielarz |
| |