



Sport Olimpijski
Zespół Metodyczny



Ministerstwo
Sportu i Turystyki

Akademia
Zarządzania Sportem



Konferencja trenerów szkolenia olimpijskiego i paraolimpijskiego - TOKIO 2020

Data szkolenia: 28–30.10.2019 r.

Miejsce: OPO COS Spała

DZIEŃ PIERWSZY (28.10.2019) Poniedziałek		
13:00 - 14:00	Obiad	
14:00 - 15:00	Rejestracja uczestników	
15:00 - 15:15	Otwarcie konferencji powitanie gości przez przedstawiciela MSiT (Olimpijczyk, sala audiowizualna)	Marcin Nowak Dyrektor Departamentu Sportu Wyczynowego w MSiT
15:15 - 15:45	Wystąpienie Ministra Sportu i Turystyki (Olimpijczyk, sala audiowizualna)	Witold Bańka Minister Sportu i Turystyki
15:45 - 16:00	Działania Departamentu Sportu Wyczynowego w 2019 (Olimpijczyk, sala audiowizualna)	Marcin Nowak Dyrektor Departamentu Sportu Wyczynowego w MSiT
16:00 – 16:30	Naukowe wsparcie procesu treningowego przez IS-PIB (Olimpijczyk, sala audiowizualna)	Urszula Włodarczyk Dyrektor Instytutu Sportu-PIB
16:30 - 17:00	Przedstawiciele COS (Olimpijczyk, sala audiowizualna)	Mariusz Kałużny Dyrektor Centralnego Ośrodka Sportu
17:00 - 17:30	Przerwa kawowa	
17:30 - 19:00	Ocena startu reprezentantów Polski w głównych zawodach 2019 r. w kontekście przygotowań do IO Tokio 2020 (Olimpijczyk, sala audiowizualna)	Marcin Nowak Dyrektor Departamentu Sportu Wyczynowego w MSiT
19:00 - 20:00	Psychologiczne wsparcie zawodników Tokio 2020 (Olimpijczyk, sala audiowizualna)	Jan Blecharz Akademia Wychowania Fizycznego w Krakowie
20:00	Kolacja	

Projekt finansowany ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki



Ministerstwo
Sportu i Turystyki



Sport Olimpijski
Zespół Metodyczny



Ministerstwo
Sportu i Turystyki

Akademia
Zarządzania Sportem



DZIEŃ DRUGI (29.10.2019) Wtorek		
07:00 - 09:00	Śniadanie	
Panel naukowo-metodyczny		
09:00 - 10:30	Przygotowanie fizyczne i zachowanie optymalnej gotowości startowej podczas igrzysk olimpijskich Tokio 2020 (Olimpijczyk, sala audiowizualna)	Genadijus Sokolovas Global Sport Technology Inc, FINA expert, and US Olympic Training Center
10:30 - 12:00	Klimat w Tokio – wróg czy przyjaciel? (Olimpijczyk, sala audiowizualna)	Gerard Rietjens Uniwersytet w Maastricht
12:00 - 12:30	Przerwa kawowa	
12:30 - 14:00	GRUPA A - Warsztaty na hali: Trening siły i mocy (sala ciężarowa duża)	Łukasz Trzaskoma Uniwersytet Wychowania Fizycznego i Sportu w Budapeszcie
12:30 - 14:00	GRUPA B - Warsztaty na hali: Praktyczny warsztat umiejętności treningowych (siłownia siatkarska)	Mirośław Choroś Polski Związek Podnoszenia Ciężarów
12:30 - 14:00	GRUPA C: Testy mleczanowe dla zawodników najwyższego poziomu sportowego (Olimpijczyk, sala audiowizualna)	Genadijus Sokolovas Global Sport Technology Inc, FINA expert, and US Olympic Training Center
14:00 - 15:00	Obiad	
15:00 - 16:30	GRUPA B- Warsztaty na hali: Trening siły i mocy (sala ciężarowa duża)	Łukasz Trzaskoma Uniwersytet Wychowania Fizycznego i Sportu w Budapeszcie
15:00 - 16:30	GRUPA C - Warsztaty na hali: Praktyczny warsztat umiejętności treningowych (siłownia siatkarska)	Mirośław Choroś Polski Związek Podnoszenia Ciężarów
15:00 - 16:30	GRUPA A: Testy mleczanowe dla zawodników najwyższego poziomu sportowego (Olimpijczyk, sala audiowizualna)	Genadijus Sokolovas Global Sport Technology Inc, FINA expert, and US Olympic Training Center
16:30 - 17:00	Zmiana grup warsztatowych	
17:00 - 18:30	GRUPA C- Warsztaty na hali: Trening siły i mocy (sala ciężarowa duża)	Łukasz Trzaskoma Uniwersytet Wychowania Fizycznego i Sportu w Budapeszcie
17:00 - 18:30	GRUPA A - Warsztaty na hali: Praktyczny warsztat umiejętności treningowych (siłownia siatkarska)	Mirośław Choroś Polski Związek Podnoszenia Ciężarów
17:00 - 18:30	GRUPA B: Testy mleczanowe dla zawodników najwyższego poziomu sportowego (Olimpijczyk, sala audiowizualna)	Genadijus Sokolovas Global Sport Technology Inc, FINA expert, and US Olympic Training Center
18:30 - 19:30	Wykorzystanie systemu OptoJump w praktyce diagnostycznej i treningowej (Główna hala Lekkoatletyczna)	Ryszard Pilarczyk Grzegorz Lipiński Domtel-sport

Projekt finansowany ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki



Ministerstwo
Sportu i Turystyki



Sport Olimpijski
Zespół Metodyczny



Ministerstwo
Sportu i Turystyki

Akademia
Zarządzania Sportem



19:00 - 20:00	Kolacja	
20:00 - 23:00	Trenerski klub dyskusyjny	kawiarnia COS
DZIEŃ TRZECI (30.10.2019) Środa		
07:00 - 09:00	Śniadanie	
09:00 - 10:00	Panel dyskusyjny z udziałem trenerów: rekonesans przedolimpijski, IO w oczach trenera. (Olimpijczyk, sala audiowizualna)	Adam Maj, Mariusz Szałkowski, Krzysztof Kęcki, Bogdan Gryczuk <i>Moderator: Jerzy Skucha</i>
10:00 - 10:30	Aktualne problemy i procedury antydopingowe (Olimpijczyk, sala audiowizualna)	Michał Rynkowski Polska Agencja Antydopingowa
10:30 - 11:00	Przerwa kawowa	
11:00 - 11:30	Informacja o strategii zabezpieczenia organizacyjnego przygotowań do IO Tokio 2020 (Olimpijczyk, sala audiowizualna)	Adam Krzesiński Polski Komitet Olimpijski Marcin Nowak <i>Szef Misji Olimpijskiej</i>
11:30 - 12:00	Informacja o strategii zabezpieczenia medycznego w przygotowaniach do IO Tokio 2020 (Olimpijczyk, sala audiowizualna)	Hubert Krysztofiak Centralny Ośrodek Medycyny Sportowej
12:00 - 12:30	Trening wysokogórski (Olimpijczyk, sala audiowizualna)	Miłosz Czuba Instytut Sportu-PIB
12:30 - 13:30	Panel na temat treningu wysokogórskiego (Olimpijczyk, sala audiowizualna)	Zbigniew Król, Miłosz Czuba, Grzegorz Sudoł <i>Moderator: Tomasz Grzywacz</i>
13:30 - 13:45	Ocena startu reprezentantów Polski w głównych imprezach sezonu 2018/2019 (Olimpijczyk, sala audiowizualna)	Łukasz Szeliga Polski Komitet Paraolimpijski
13:45 - 14:15	Podsumowanie i zamknięcie konferencji (Olimpijczyk, sala audiowizualna)	Marcin Nowak <i>Dyrektor Departamentu Sportu Wyczynowego MSiT</i>
14:30	Obiad	

