

<b>PROGRAM KURSOKONFERENCJI TRENERÓW I INSTRUKTRÓW, 16-18.12.2022 KLESZCZÓW</b>			
<b>PIĄTEK</b>			
	14.00-18.00	PRZYJAZD - po zakwaterowaniu możliwość skorzystania z Aquapark Solpark.	Hotel Solpark
	18.30	KOLACJA.	Restauracja Bistro
	19.00	Omówienie startów międzynarodowych.	Trenerzy Kadr Narodowych/Kierownik Wyszkolenia PZPC
	20.30	Spotkanie z Medalistą IO Bartłomiejem Bonkiem.	Bartłomiej Bonk
			Sale konferencyjne SOLPARK
			Sale konferencyjne SOLPARK
<b>SOBOTA</b>			
	7.30-8.30	ŚNIADANIE.	Hotel Solpark
	09.00-10.30	Omówienie najnowszych przepisów sędziowskich.	Komisja Sędziowska
	10.30-11.30	POLADA – szkolenie antydopingowe (System ADAMS)	Grzegorz Borkowski
	11.30-12.00	Przerwa kawowa.	Hol SOLPARK
	12.00-13.30	Otwarte posiedzenie Rady Trenerów PZPC.	Przewodniczący RT Sebastian Ołubek
	13.30-14.30	Obiad.	Restauracja Bistro
	14.30-16.00	Zadania trenera i zasady współpracy trenera klubowego i trenera kadry narodowej.	Prof. Jan Kosedniak
	16.00-17.30	Żywnienie w sporcie wyczynowym.	Grzegorz Kępa
	17.30-19.00	Obiektywne i subiektywne sterowanie treningiem ciężarowca – stosowanie osiągnięć nauki i techniki w podnoszeniu ciężarów.	Bartosz Malak
	19.00	Wspólna KOLACJA Integracyjna	Hol SOLPARK
	20.00	KLUB DYSKUSYJNY - „Polska myśl szkoleniowa... ”.	Hol SOLPARK
<b>NIEDZIELA</b>			
	8.00-9.00	ŚNIADANIE.	Restauracja Bistro
	9.00-11.00	Sprawy bieżące PZPC.	PZPC
			Sale konferencyjne SOLPARK

	11.00-12.00	Najczęściej występujące urazy w podnoszeniu ciężarów – profilaktyka.	Ewelina Daniszewska	Sale konferencyjne SOLPARK
	12.00-13.30	Omówienie zasad współpracy trenera z sędziami podczas zawodów.	Komisja Sędziowska – Rada Trenerów.	Sale konferencyjne SOLPARK
	13.30	Obiad wyjazd.		Restauracja Bistro