

**PROGRAM KURSOKONFERENCJI TRENERÓW I INSTRUKTRÓW, 16-18.12.2022 KLESZCZÓW**

PIĄTEK			
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	Aula
20.30	Spotkanie z Medalistą IO Bartłomiejem Bonkiem.	Bartłomiej Bonk	Aula
SOBOTA			
7.30-8.30	ŚNIADANIE.		Hotel Solpark
09.00-10.30	Omówienie najnowszych przepisów sędziowskich.	Komisja Sędziowska	Aula
10.30-11.30	POLADA – szkolenie antydopingowe (System ADAMS)	Grzegorz Borkowski	Aula
11.30-13.30	Otwarte posiedzenie Rady Trenerów PZPC – Przerwa Kawowa.	Przewodniczący RT Sebastian Ołubek	Aula
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	Aula
16.00-17.30	Żywnienie w sporcie wyczynowym.	Grzegorz Kępa	Aula
17.30-19.00	Obiektywne i subiektywne sterowanie treningiem ciężarowca – stosowanie osiągnięć nauki i techniki w podnoszeniu ciężarów.	Bartosz Malak	Aula
19.00	Wspólna KOLACJA Integracyjna		Hol Aula
20.00	KLUB DYSKUSYJNY - „Polska myśl szkoleniowa... ”.		Hol Aula
NIEDZIELA			
8.00-9.00	ŚNIADANIE.		Restauracja Bistro
9.00-12.00	Sprawy bieżące PZPC.	PZPC	Aula
12.00-13.30	Omówienie zasad współpracy trenera z sędziami podczas zawodów.	Komisja Sędziowska – Rada Trenerów.	Aula
13.30	Obiad wyjazd.		Restauracja Bistro

KIEROWNIK WYSZKOLENIA  
 Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

*Arkadiusz Strzelczyk*