

Kolejne szkolenie na licencję trenerską odbędzie się w Pleszewie 7.12.2013 w ośrodku Hotel Karczma Stara Stajnia Zawidowice S.C.

Zawidowice 14a, 63-300 Pleszew ([link:http://www.stara-stajnia.pl/index.php](http://www.stara-stajnia.pl/index.php))

Plan spotkania:

1. 9:50 – 10:00 – Otwarcie szkolenia (sprawy organizacyjne, przedstawienie wykładowców i tematyki)
2. 10:00 – 10:45 – Psychologia sportu doc.dr Jan Supiński psycholog klasy mistrzowskiej oraz Polskiego Komitetu Olimpijskiego (Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, Wydział Nauk o Sporcie, Zakład Sportów Indywidualnych)
3. 10:45 - 10:50 - przerwa
4. 10:50 - 11:35 - Psychologia sportu doc.dr Jan Supiński psycholog klasy mistrzowskiej oraz Polskiego Komitetu Olimpijskiego (Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, Wydział Nauk o Sporcie, Zakład Sportów Indywidualnych)
5. 11:35 - 11:50 - przerwa kawowa
6. 11:50 - 12:35 - Żywnienie w sporcie mgr inż. Krzysztof Solarz (Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, wydział Nauk o Sporcie, Zakład Dietetyki)
7. 12:35 - 12:40 - przerwa
8. 12:40 - 13:25 - Żywnienie w sporcie mgr inż. Krzysztof Solarz (Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, wydział Nauk o Sporcie, Zakład Dietetyki)
9. 13:25 - 14:30 - przerwa obiadowa
10. 14:30 - 15:15 - Szkolenie i zawody dla dzieci - Ewa Ambroszczyk sędzia, sędzia Międzynarodowy European Shotokan Karate Association
11. 15:15 - 15:20 - przerwa
12. 15:20 - 16:05 - Sędziowanie zawodów Shotokan - Ewa Ambroszczyk, sędzia Międzynarodowy European Shotokan Karate Association
13. 16:05 - 16:20 - przerwa kawowa
14. 16:20 - 17:05 - Sędziowanie zawodów Shotokan _ Ewa Ambroszczyk, sędzia Międzynarodowy European Shotokan Karate Association
15. 17:05 - 17:10 - przerwa
16. 17:10 - 17:40 - Omówienie kalendarza imprez w 2014, sprawy organizacyjne, zakończenie szkolenia – Waław Antoniak, Prezes Polskiego Związku Karate
17. 18:00 - 18:45 - (dodatkowo poza programem szkolenia) – zasady utrzymania dobrego zdrowia zawodnika – Waław Antoniak, Prezes Polskiego Związku Karate

(istnieje możliwość rezerwacji noclegu w miejscu szkolenia: ([pokoje 2 i 1 osobowe](#)) oraz wykupienia obiadów proszę o potwierdzenie wyżywienia i rezerwacji noclegów)

adres: Adres: Zawidowice 14a, 63-300 Pleszew [mapa dojazdowa](#)