



MINIKONFERENCIA

FORMY TRÉNINGU A PRÍPRAVY PRE ORIENTAČNÝCH BEŽCOV

Vážení športoví priatelia.

Dovoľte, aby sme Vás pozvali na stretnutie spojené s prednáškami pre orientačných bežcov. Prednášky budú určené športovcom a trénerom, ktorí sa chcú dozvedieť aké sú aktuálne trendy a formy tréningu. Po prednáškach bude nasledovať diskusia s repre O bežcami o ich skúsenostiach s prípravou.

Miesto konania: 20.10.2012 TU Drevárska Zvolen

Čas: 17:00 /po pretekoch SRJ/

Program:

17:00 Formy a intenzita atletickej prípravy - Juraj Petrínek

18:00 Formy a intenzita mapovej prípravy – Jozef Pollák

19:00 Diskusia s úspešnými reprezentantmi – Marián Davidík, Michal Krajčík, Pavol Bukovác

Dúfam, že prednáška osloví okrem pretekárov aj samotných trénerov, ktorým tieto prednášky smerujeme v prvom rade.

Ak sú nejaké konkrétne témy, ktoré by ste chceli rozobrať dajte prosím včas vedieť.

Účasť nahlásiť do 18.10.2012 na mail igorjr@twd.sk

Ďakujem

Igor Patráš

ŠK HADVEO Banská Bystrica