



## SEMINÁR TRÉNEROV SFZ 2018 – FITNESS

Organizátor:	Technický úsek SFZ – Vzdelávanie trénerov
Termín:	30.04.2018, pondelok
Začiatok seminára:	09:45 hod
Miesto:	Hotel Tenis, Neresnícka cesta 13, Zvolen (teoretická časť) MFK Lokomotíva Zvolen (praktická časť)
Pre trénerov:	SFZ Fitness, UEFA A a UEFA Pro licencie
Rozsah seminára:	5 hodín
Potvrdenie:	Účasť sa eviduje v ISSF v konte trénera
Účastnícky poplatok:	sa uhrádza pri podaní prihlášky <b>výhradne</b> formou „ <b>online platba kartou</b> “ 20 Eur (pri online prihlasovaní sa) 40 Eur (pri online prihlasovaní sa na mieste - len v prípade voľných miest)
Poznámka:	počet miest obmedzený na 100
Prihlášky:	len elektronickou formou do od 06.04.2018 do 22.04.2018, online prihlášku nájdete na stránke: <a href="http://events.sportnet.online">events.sportnet.online</a> (pred podaním prihlášky je potrebné zaregistrovať sa do systému na: <a href="http://my.sportnet.online">my.sportnet.online</a> )

## PROGRAM SEMINÁRA

08:30 – 09:30	Prezentácia účastníkov
09:45 – 10:00	Otvorenie seminára
10:00 – 11:00	<b>Analýza akcelerácie a decelerácie v zápase a v tréningovom procese</b> Martin KOJNOK
11:15 – 12:30	<b>Rozvoj akceleračnej rýchlosti</b> Roman ŠVANTNER
12:30 – 14:00	Obed
14:00 – 15:30	<b>Príklady rozvoja akceleračnej rýchlosti - PRAX</b> Roman ŠVANTNER
15:30 – 15:45	Ukončenie seminára trénerov Odovzdávanie certifikátov