**RÖAK Szakmai Nap III.**

**2019. március 10. vasárnap, 10:00 óra**

**Kaposvári Egyetem tornacsarnoka, 7400 Kaposvár, Guba Sándor utca 40.**

**9:30-10:00** Regisztráció (Backoffice rendszerben előzetesen)

**10:00** Köszöntő

**10:05 - 12:00** Gyakorlati előadás: Az alkarérintés szerepe a röplabdában, különös tekintettel a nyitásfogadásban és a mezőnyvédekezésben betöltött szerepére, azok technikai, fizikai, mentális előkészítésére, oktatásának didaktikai felépítésére.

Előadó: **Sasa Nedeljkovic** - Röplabda edző, 1 MCM Kaposvári Női Röplabda Klub vezetőedzője

**12:15 -13:15** Elméleti előadás: Szoftver a profi utánpótlás neveléshez, tudatosság, törődés, motiváció. Trackateam.

Előadó: **Csíkos Gergely -** Értékesítési vezető - Trackateam sport szoftver.

13:30 - 13:45 Kávészünet(Kávé, sütemény, pogácsa, ásványvíz)

**13:45-15:15** Gyakorlati előadás:

A 4:4 elleni röplabdából a 6:6 elleni röplabdába történő átmenet előkészítése, felépítése a zökkenőmentes váltás érdekében, azok gyakorlatai bemutatója és fontos ismérvei.

Előadó: **Bedőcs Gergő -** Röplabda edző, U16 válogatott másodedzője, IUB tag

**15:15 -16:00** Gyakorlati előadás:

Utánpótlás korú röplabda játékosok fizikai felkészítése, képességeik megalapozása, prevenciója, tipikus sérüléseket követő rehabilitációja.

Előadó: **Fehér Iván** erőnléti edző, testnevelő tanár**, Fekete Judit** gyógytornász

**17:00** A program, zárása és a regisztráció aláírása.

A szakmai nap regisztrációs díja 3000.- forint résztvevőként.

Információ:

Zarka Péter

RÖAK

szakmai igazgató

30-9489205

peter.zarka@gmail.com