

## MRSZ éves licenc szerző erőnléti edzői továbbképzése

Időpont: 2022. 10. 08. 9:00 – 14:30

Helyszín: 1117 Budapest, Magyar tudósok körútja 7.

A Jégkorong Szövetség Módszertani termében.

(megközelíthető a 7 és 9-es bejáratokon)



8:45– 9:15 Regisztráció

9:15–9:30 Megnyitó, tájékoztató

9:30–11:00 Röplabdázók kondicionális állapotának mérése

Előadó: Schuth Gábor erőnléti edző, sporttudományi szakember

Téma: A Magyar Röplabda Szövetség és a PWC együttműködésében elkészített utánpótlás fejlesztési stratégiai anyag erőnléti állapot felmérése vonatkozó részének bemutatása.



- Mi a mérések célja?
- - Mérési alapelvek
- - Röplabda mérkőzés terhelési jellemzői
- - Központi felmérési protokoll kialakításának lépései
- - Központi felmérési protokoll elemei
- - Ajánlás a klubok által végzett felmérésekre

(Az előadás végén rövid kerekasztal beszélgetés keretében lehetőség van kérdések megbeszélésére.)

11:00 – 11:15 Kávészünet

11:15 – 15:00 Utánpótlás korú röplabdázók kondicionális fejlesztésének kiemelt szempontjai

Előadó: Széles József erőnléti edző, sporttudományi szakember, a Testnevelési Egyetem oktatója

Téma: *„Mi magyarok egész jól nevelünk világklasszis ifjúsági sportolókat! Csak az a baj, hogy világ nem itt versenyez!”*

(Dr. Pavlik Gábor)

- A sportszakemberek, de akár a hétköznapi sportrajongók is, gyakran megtapasztalják a fenti sorok igazságát. Nyilván senki nem az ifiben tervezi a kiteljesedést! Hol rontjuk el? Mit kell egy kezdő, egy 10, 12, 14 vagy 16 éves gyerek esetén másképp csinálnunk, hogy az érdeklődő gyerekből egy tehetség legyen – egyáltalán kit/mit nevezhetünk annak – és abból nagy valószínűséggel sikeres sportolót neveljük.

Az előadást gyakorlatorientált és interaktív lesz terveink szerint, ezért kérünk minden résztvevőt, hogy sportfelszerelésben érkezzen!

Közben: 12:30 – 13:00 Ebédszünet

15:00 A továbbképzés bezárása, részvétel igazolása

Kreditszerzési lehetőségként is részt lehet venni a „E” licenc képzésen.

Feltétel:

-BO rendszeren keresztül jelentkezés a meghirdetett kreditszerző lehetőségre (kérjük legyenek kedvesek körültekintően jelentkezni az esemény fent lesz, mint licenszszerző esemény is.

Részvételi díj: 5.000Ft

Az eseményért 2 kreditpont szerezhető.

**Jelentkezési határidő: 2022. október 06. 23:59**

*Az időbeosztás tájékoztató jellegű. Felhívjuk az edző kollégák figyelmét, hogy a licenc és/vagy a kreditpontok megszerzésének feltétele a jelenléti ív aláírása az előadások előtt és a továbbképzés bezárását követően.*