

ČESKÝ SVAZ PLAVECKÝCH SPORTŮ

PROGRAM SEMINÁŘE VSP ČSPS; OLOMOUC - 17. - 18. 9. 2016

sobota	8.30	-	9.30			prezence
	9.30	-	9.40		Petr Adamec	úvod
	9.45	-	10.15		Doc. PhDr. Zbyněk Svozil PhD Mgr. David Prycl	představení aplikačního centra Baluo; funkční diagnostika
	10.30	-	10.45		Mgr. Roman Havrlant	hodnocení RD mladších juniorů (za 4 leté období)
	10.45	-	11.00		Mgr. Libor Kohut	plány RD mladších juniorů (na 4 leté období)
	11.00	-	11.15		Mgr. Boris Neuwirt	hodnocení RD starších juniorů (za 4 leté období)
	11.15	-	11.30		Mgr. Roman Havrlant	plány RD starších juniorů (na 4 leté období)
	11.30	-	11.45		Ing. Vlastimír Perna	hodnocení RD seniorů (za 4 leté období)
	11.45	-	12.00		Ing. Vlastimír Perna	plány RD seniorů (na 4 leté období)
	12.00	-	13.00			oběd
	13.30	-	15.10	I.sk	Ing. Radim Valigura	tělocvična: mentální trénink - seznámení s problematikou v rámci řízené tréninkové jednotky
				II.sk	Mgr. Jiří Dub	bazén: nácvik startů a obrátek, metodika pl. způsobů
	15.20	-	15.40			přestávka - drobné občerstvení
	15.40	-	17.20	I.sk	Mgr. Jiří Dub	bazén: nácvik startů a obrátek, metodika pl. způsobů
				II.sk	Ing. Radim Valigura	tělocvična: mentální trénink - seznámení s problematikou v rámci řízené tréninkové jednotky
18.00	-	19.00			večeře	
20.00	-	22.00			neformální setkání trenérů	

neděle	7.30	-	8.15			snídaně
	8.30	-	10.00		Mgr. Filip Neuls	fyziologie zátěže sportující mládeže v různých etapách sportovní přípravy + diskuze
	10.00	-	10.15			přestávka - drobné občerstvení
	10.15	-	11.30		MUDr. Radan Gocal	zdravý životní styl jako základ pozitivního přístupu a předpokladu pro špičkové výkony
	11.35	-	13.00		Mgr. Michal Šafář PhD	Možnosti psychologické přípravy v plavání, aplikace při přípravě na vrcholové akce a při rozvoji sportovních talentů.
	13.15	-	14:00			oběd