

Konspekt szkolenie Spała 13.10 OSBad

| GODZINA | Temat | Prowadzący | Czas trwania |
|-------------|---|-----------------------------------|--------------|
| 11:00-11:30 | Przywitanie gości. Omówienie kontentu szkolenia | Krajewski/ Moreń/ Szkudlarczyk | 30 min |
| 11:30-12:30 | Prezentowanie celów i wizji OSBad, szerszy kontekst projektu. | Krajewski/ Moreń/ Szkudlarczyk | 60 min |
| 12:30-13:30 | Założenia/ Omówienie/ wytłumaczenie stosowanej metodologii do koordynowania projektu | Moreń/ Szkudlarczyk | 60 min |
| 13:30-14:30 | OBIAD | | |
| 14:30-15:00 | Kontekst taktyczny w treningu technicznym, prezentacja | Moreń | 30 min |
| 15:00-16:00 | Wytyczne do treningu, Zagadnienia nowoczesnego treningu, Obserwacja- analiza zawodnika , Struktura treningu | Szkudlarczyk/ Moreń | 60 min |
| 16:00-16:30 | Przerwa kawowa | | 30 min |
| 16:30-17:30 | Przykładowy trening 1 z równoczesnym omówieniem struktury treningu | Moren | 30 min |
| 17:30-19:00 | Umiejętności uderzeń teoria/praktyka | Szkudlarczyk | 90 min |
| 19:00-20:00 | KOLACJA | | 60 min |
| 20:00-20:30 | Otwarta dyskusja i spostrzeżenia na temat projektu | Wszyscy | 60 min |
| 20:30 | Podziękowanie zakończenie szkolenia | Krajewski/ Moreń/ Szkudlarczyk | 15 min |