



Wydział Szkolenia oraz Rada Trenerów Małopolskiego Związku Piłki Nożnej informują, że w dniu **13 grudnia (sobota) 2008 roku** na obiektach Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie Al. Jana Pawła II 78 odbędzie się Kursokonferencja Trenerów i Instruktorów MZPN.

### **Program :**

- 9.30 - 10.30** Nauczanie i doskonalenie wybranych elementów techniki szybkiej; trening koordynacji ogólnej i szybkości w części pierwszej, trening koordynacji specjalnej w części drugiej; z grupą trampkarza starszego Cracovii zajęcia prowadzą: dr Zbigniew Witowski i Maciej Antkiewicz.
- 10.30 - 11.45** - doskonalenie techniki i koordynacji ruchowej z grupą juniora młodszego Wisły  
(Kazimierz Moskal)
- 11.45 - 12.30** - trening bramkarzy w dwóch grupach wiekowych: młodzież (Artur Łaciak) i seniorzy  
(Piotr Wrześniak)
- 12.30 - 13.15** - przerwa na posiłek
- 13.15 - 14.00** - indywidualizacja obciążeń treningowych w kształtowaniu wytrzymałości tlenowej  
(Andrzej Bahr)
- 14.00 - 15.00** - główne idee w nauczaniu obrony strefowej ze szczególnym uwzględnieniem gry pressingiem (Marek Zub)
- 15.00 - 15.30** - zmiany w przepisach sędziowskich (Grzegorz Dubiel)
- 15.30 - 16.00** - wystąpienia przedstawicieli władz MZPN, Rady Trenerów i Wydziału Szkolenia
- 16.00** - wydanie certyfikatów i zakończenie

Warunkiem otrzymania materiałów szkoleniowych, certyfikatów i posiłku w przerwie między zajęciami będzie okazanie książeczki trenerskiej, instruktorskiej bądź zaświadczenia animatora.