

KURSOROKONFERENCJA TRENERÓW KAJAKARSTWA KLASYCZNEGO

Ośrodek COS OPO Wałcz, 30 listopada – 2 grudnia 2018

Godzina	Temat	Prowadzący
<u>Piątek – 30 listopada 2018</u>		
17.00 - 18.00	Przyjazd uczestników, zakwaterowanie,	
18.00-18.45	Kolacja	
19.00 – 19.20	Oficjalne rozpoczęcie Konferencji , powitanie uczestników i zaproszonych Gości, Wystąpienie Prezesa PZKaj; Przedstawienie programu Konferencji	Tadeusz Wróblewski - Prezes PZKaj, Zdzisław Szubski – Wiceprezes ds. sportowo-szkoleniowych kajakarstwa klasycznego Wojciech Kudlik - Dyrektor Sportowy PZKaj
19.20 - 20.00	Program szkolenia kadry narodowej kobiet: - Ocena startu w imprezach głównych sezonu 2018, - Założenia na sezon 2019 dla grupy senierek i U-23	Tomasz Kryk / Maciej Juhnke – Trenerzy KN Kobiet w Sprincie Kajakowym (Seniorki / U-23)
20.00 - 20.40	Program szkolenia kadry narodowej kanadyjkarzy - Ocena startu w imprezach głównych sezonu 2018, - Założenia na sezon 2019 dla grupy seniorów i U-23	Michał Śliwiński – Trener KN kanadyjkarzy
<u>Sobota – 1 grudnia 2018</u>		
od 7.30	Śniadanie	
9.15 - 10.45	Przygotowanie motoryczne zawodników: - Trening siły i mocy kajakarzy – prawidłowy rozwój fizyczny młodych zawodników	doc. dr Łukasz Trzaskoma - Wydział Kultury Fizycznej i Nauk o Sporcie, Departament Biomechaniki – Semmelweis University Budapeszt / Węgry.
10.45 - 11.00	Przerwa – kawa/herbata	
11.00 - 11.45	Program szkolenia kadry narodowej juniorów: - Ocena startu w imprezach głównych sezonu 2018, - Założenia na sezon 2019	Robert Włodarczyk – trener KN Juniorów Andrzej Kamiński – trener KN Junierek - Kanadyjkarki
11.45 - 13.15	Przygotowanie motoryczne zawodników: - Trening siły i mocy kajakarzy – jak możemy wspomóc zawodników wysokiego wyczynu	doc. dr Łukasz Trzaskoma - Wydział Kultury Fizycznej i Nauk o Sporcie, Departament Biomechaniki – Semmelweis University Budapeszt / Węgry.
13.15 - 15.00	Przerwa obiadowa	
15.00 - 16.00	Panel dyskusyjny: Trening „funkcjonalny” w sporcie wyczynowym – moda i biznes, czy trening ukierunkowany na podniesienie na wyższy poziom cech fizycznych sportowca ?	doc. dr Łukasz Trzaskoma prof. T Rynkiewicz, Leszek Zaniewski dr Mateusz Rynkiewicz Trenerzy KN: Mariusz Szałkowski Mariusz Słowiński

16.00 - 16.40	Aktualne zagadnienia dotyczące przeciwdziałania stosowaniu niedozwolonego wspomagania w sporcie wyczynowym	dr Grzegorz Borkowski – Polska Agencja Antydopingowa POLADA Warszawa
16.40 - 17.00	Przerwa – kawa/herbata	
17.00 - 18.00	- Wieloletni program szkolenia sportowego dla oddziałów i szkół sportowych oraz oddziałów i szkół mistrzostwa sportowego w kajakarstwie – nabór / selekcja - założenia systemu ustawicznego kształcenia kadry trenerskiej PZKaj	prof. dr hab. Tadeusz Rynkiewicz – wykładowca, pracownik naukowy UWM w Olsztynie, trener klasy mistrzowskiej w kajakarstwie
18.00 - 19.00	Kolacja	
19.00 - 19.40	Program szkolenia kadry narodowej kajakarzy - Ocena startu w imprezach głównych sezonu 2018, - Założenia na sezon 2019 dla grupy seniorów i U-23	Mariusz Słowiński – trener KN kajakarzy
19.40 – 20.20	Program szkolenia kadry narodowej kobiet w kanadyjkach - Ocena startu w imprezach głównych sezonu 2018, - Założenia na sezon 2019 dla grupy senierek i U-23	Mariusz Szałkowski – trener KN Kobiet w Kanadyjkach
20.20 – 20.50	Program szkolenia kadry narodowej w maratonie - Ocena startu w imprezach głównych sezonu 2018, - Założenia na sezon 2019 dla grupy seniorów, U-23 i Juniorów	Mateusz Rynkiewicz – Trener koordynator KN PZKaj w Maratonie
20.50 – 21.45	Sprawy różne, Otwarte forum dyskusyjne, m.in. trener Michał Brzuchalski	
<u>Niedziela – 2 grudnia 2018</u>		
7.30 – 9.00	Śniadanie	
9.00 – 10.00	System szkolenia młodzieży w kajakarstwie „czego możemy się dowiedzieć na podstawie oceny wyników konsultacji juniorów ?”	prof. dr hab. Tadeusz Rynkiewicz – wykładowca, pracownik naukowy UWM w Olsztynie, trener klasy mistrzowskiej w kajakarstwie
10.00 – 10.45	Program szkolenia kadry narodowej w kajak polo - Ocena startu w imprezie głównej sezonu 2018, - Założenia na sezon 2019 dla grupy seniorów i U-23 (K i M)	Jacek Sztuba –członek Zarządu PZKaj, Dariusz Pilarz – trener KN Kobiet, Paweł Kalinowski trener KN U-21M
10.45 – 11.15	Omówienie i zatwierdzenie kalendarza imprez krajowych i międzynarodowych kajakarstwa klasycznego na rok 2019	Wojciech Kudlik - Dyrektor Sportowy PZKaj
11.15 - 12.00	Sprawy różne, dyskusja	
13.00	Obiad, wyjazd uczestników	