



Erőnléti Edző Továbbképzés

Székesfehérvár, 2018.06.29

9.00-tól Regisztráció

9:30 – 10:15 Funkcionális vizsgalát a válogatott utánpótlás játékosoknál. hiányosságok és a megoldási módok. Mészáros Áron

**10:30 – 11:15 „On court” erőnléti diagnosztika – gyors alapot felmérés és játékos értékelés.
Farkasinszki Gábor**

**11:30 – 12:15 Központi Labor Diagnosztikai mérés értékelés - a tehetséges játékos profil. Dr.
Trzaskoma Łukasz**

12:15 – 13:00 Ebédszünet

12.45 Regisztráció

**13:00 – 13:45 A kosárlabdázásban jellemző sérülések megelőzése. Orvosi és Tudományos hattere. Dr.
Trzaskoma Łukasz**

**14:00 – 14:45 A kosárlabdázásban jellemző sérülések megelőzés: Módszerek-eszközök-gyakorlatok.
Farkasinszki Gábor, Dr. Trzaskoma Łukasz**

14.45 Regisztráció