

**Wstępny program kursokonferencji szkoleniowej PZTW
Poznań 24-26.11.2023**

Piątek 24.11.2023 r.

Zakwaterowanie Camping Malta – od godziny 12.00

Godzina 13.00 Obiad – Restauracja „Trzy Kolory”

Godzina 14.30 – 16.00 – sala audiowizualna

Piotr Basta, Andrzej Krzepiński, zespół szkoleniowy – Ocena sezonu 2023 oraz plany na rok 2024

Przerwa kawowa

Godzina 16.30 – 18.30 – sala audiowizualna

Aleksander Wojciechowski - Uwarunkowania techniczne wiosłowania na poziomie mistrzowskim. Metodyka nauczania.

Godzina 19.30 Kolacja – Restauracja „Trzy Kolory”

Sobota 25.11.2023 r.

Godzina 08.00 Śniadanie – Camping Malta

Godzina 09.00 – 10.00 – sala audiowizualna

prof. AWF dr hab. Inż. Krzysztof Durkalec-Michalski - „Znaczenie i zasadność suplementacji diety w treningu wioślarskim”

Godzina 10.00 – 11.00 – sala audiowizualna

lek. Maria Wolff - „Przeciążenia i uszkodzenia dolnego odcinka pleców w wioślarstwie - przyczyny, objawy, postępowanie”

przerwa kawowa

Godzina 11.15 – 12.15 – sala audiowizualna

dr n. med. Marcin Konopka „Ocena kardiologiczna u sportowców – zasady oceny, profilaktyka, postępowanie w sytuacjach nagłych”

Godzina 12.15 – 13.15 – sala audiowizualna

mgr. Paulina Jurga „Konflikt trener – zawodnik, skąd się bierze i jak sobie z nim radzić”

Godzina 13.15 Obiad – Restauracja „Trzy Kolory”

Godzina 14.30 – 15.30 – sala audiowizualna

Rafał Zakrzewski, Agnieszka Korol, Mariusz Pluta, Patryk Pszczółkowski „Wioślarstwo Morskie w Polsce”

Godzina 15.30 – 16.30 – sala audiowizualna

lek. Maria Wolff „Prawidłowa regeneracja jako niezbędny element treningu sportowego”

przerwa kawowa

Godzina 16:45 – 18.45 – sala audiowizualna/sala konferencyjna „C” poziom +1

mgr Patryk Bojsa, mgr Przemysław Salamon, mgr Adrianna Wojewódzka

- „Mobilizacja i stabilizacja w praktycznym ujęciu treningu wioślarskiego”
- Warsztaty Mobilizacja i stabilizacja w praktycznym ujęciu treningu wioślarskiego.

Godzina 18.45 – 19.15 – sala audiowizualna

Artur Jankowiak – Zasady kwalifikacji na sezon 2023 – grupy młodzieżowe

Godzina 19.45 Kolacja – Trener Roku – Restauracja „Trzy Kolory”

Niedziela 26.11.2023 r.

Godzina 08.00 Śniadanie – Camping Malta

Wymeldowanie Camping Malta - do godziny 11.00