

Warszawa, 26.07. 2010 r.

Wg rozdzielnika

Rada Trenerów Związku Piłki Ręcznej w Polsce uprzejmie informuje, że w terminie 11-21.08.2010 r. na obiektach sportowych AWFIS Gdańsk odbędzie się zgrupowanie – szkoleniowo-selekcyjne zespołów gimnazjalnych dziewcząt (III klasy). W ramach tego zgrupowania planowane są pokazowe treningi prowadzone przez lektora EHF Wolfganga Pollany (w bloku treningów porannym w godz. 09.30-12.30) oraz kursokonferencja dla trenerów grup młodzieżowych w dniu 14.08.2010 (sobota).

Planowana forma i tematyka kursokonferencji:

godz. 10.00-13.00 - zajęcia teoretyczne –wykłady:

1. Proporcje środków treningowych wszechstronnych i specjalnych na poszczególnych etapach szkolenia młodzieżowego;
2. „Szybkość” w nowoczesnej piłce ręcznej;
3. Trening bramkarski w podstawowej jednostce treningowej.

godz. 15.00-18.00 - zajęcia praktyczne:

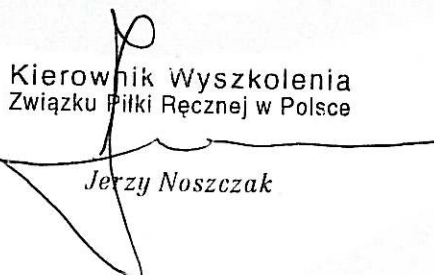
1. Podstawy treningu bramkarza – ustawienia i podstawowe interwencje;
2. Metodyka nauczania podstawowych elementów techniki indywidualnej niezbędnych do skutecznej gry w obronie – doskonalenie gry w ustawieniu obrony 3:2:1;
3. Fragmenty gry doskonalące współpracę rozgrywających z obrotowymi.

Wykładowcami będą trenerzy szkolenia centralnego oraz lektor EHF Wolfgang Pollany.

Rada Trenerów serdecznie zaprasza wszystkich zainteresowanych do obecności na treningach pokazowych oraz do udziału w kursokonferencji w dniu 14.08.2010 r. (wstęp wolny).

Jednocześnie informujemy, że w hali AWFIS Gdańsk w dniu 19.08.2010 r. odbędą się mecze międzypaństwowe juniorów Norwegia – Litwa (godz. 15.30) oraz Polska – Rosja (godz. 17.15), na które zapraszamy zespoły i szkoleniowców przebywających w tym czasie na zgrupowaniach w okolicach Gdańska.

Z poważaniem



Kierownik Wyszkania
Związku Piłki Ręcznej w Polsce
Jerzy Noszczak

Rozdzielnik:

- AZS AWF Gdańsk
- WZPR – z prośbą o powiadomienie trenerów
- zespoły szkolone w ramach GMO ZPRP