



ZAPROSZENIE

na

KONFERENCJĘ METODYCZNO-SZKOLENIOWĄ

PODLASKIEGO OKRĘGOWEGO ZWIĄZKU LEKKIEJ ATLETYKI

Termin: 10.12.2022 r. (sobota), godz. 10.00

Miejsce: świetlica internatu Zespołu Szkół Rolniczych w Białymstoku,
ul. ks. Suchowolca 26.

Warunki uczestnictwa: bezpłatne, dojazd na koszt własny.

Zgłoszenie udziału : * do 05.12.2022 r. na adres e-mail: joanna.sowol@wp.pl

Program konferencji:

Godzina	Temat zajęć
10:00 -10:20	Przybycie i rejestracja uczestników.
10:20 -10:30	Przywitanie uczestników i przedstawienie programu konferencji – Przemysław Zabawski, Prezes POZLA
10:30 -11:00	Podstawowe informacje z realizacji programów w 2022 r. LDK! i KWM – Joanna Kleszczewska
11:00 -11:30	Podstawowe informacje z realizacji programów w 2022 r. KNB – Przemysław Zabawski
11:30 -11:45	Przerwa kawowa
11:45-12:30	Wykład: Piotr Rostkowski trener klasy M PZLA Planowanie procesu treningowego w biegach średnich na różnych etapach szkolenia.
12:30-13:00	Przerwa obiadowa (catering)
13:00-13:45	Wykład: Jarosław Suproń trener Klasy I KNB Analiza struktury szkolenia i obciążeń treningowych w kształtowaniu szybkości w kategoriach młodszych oraz w kat. U16 i U18
13:45-14:15	Dyskusja, zakończenie konferencji i rozdanie certyfikatów

*Obecność nauczycieli i trenerów realizujących programy: LDK!, KWM i KNB w/w przedsięwzięciu jest obowiązkowa.

ORGANIZATOR

