



SLOVENSKÝ KRASOKORČULIARSKY ZVÄZ
SLOVAK FIGURE SKATING ASSOCIATION

Záhradnícka 95, 821 08 Bratislava, Slovakia
T/F: +421 2 20 85 23 01 mobil: +421 918 791 227
E-mail: slovaskating@kraso.sk

Dátum: 10.04.2018

Vec: Časový rozpis seminára trénerov dňa 5.5.2018

Čas	Téma	Prednášajúci
9:00	Zraz a prezentácia účastníkov	Töcziková, Drnzíková
9:30-10:15	Programové komponenty – pohľad rozhodcu	Gáboríková, Nétryová
10:15-11:00	Programové komponenty – pohľad trénera, stavba KP a VJ	Kušárová
11:30-12:15	Kondičná príprava v prípravnom období, udržiavanie kondície v pretekovom období (cieľová skupina 10-15 rokov)	Bokor
12:15-13:00	Plánovanie pretekov počas roka, príprava na konkrétne preteky	Vrlák
13:45-14:30	Prvky juniorského KP – FCSp	Simančíková
14:30-15:00	Prvky juniorského KP – 2F/3F	Remiš
15:00	Diskusia	
15:30	Záver	Töcziková, Drnzíková

Ing. Zuzana Drnzíková, PhD.,

člen TMK