



## ***CURSUL de PERFECȚIONARE al ANTRENORILOR echipelor de JUNIORI***

***CAMPULUNG ( 02-04 septembrie 2024 )***

### **PROGRAMUL CURSULUI**

#### **ZIUA 1 : 02 septembrie 2024**

orele : **15<sup>00</sup> - 16<sup>00</sup>** **DESCHIDEREA CURSULUI**

- Înregistrarea participanților
- Cuvântul președintelui F.R.VOLEI - prof. univ. dr. **COJOCARU Adin Marian**
- Cuvântul președintelui C.C.ANTRENORI - prof. **GAVRIL Dan**

#### **Sesiuni practice**

orele : **16<sup>00</sup> - 17<sup>30</sup>**

**dl. TANASE Bogdan** ( Sala de Sport a Scolii Gimnaziale "NANU MUSCEL")

**Tema : Tehnica învățării preluării din serviciu**

orele : **17<sup>30</sup> - 19<sup>00</sup>**

**Prelegere dl. IMHOFF Cristian** ( Sala de Sport a Scolii Gimnaziale "NANU MUSCEL")

**Tema : Mijloace pentru controlul mingii, specific organizării fazei de tranziție**

#### **ZIUA 2 : 03 septembrie 2024**

#### **Sesiuni practice**

orele : **10<sup>00</sup> - 11<sup>30</sup>**

**dl. BURATTINI Andrea** ( Sala de Sport a Scolii Gimnaziale "NANU MUSCEL")

**Tema : Sistemul de joc și antrenament specific pentru faza I a jocului**

orele : **11<sup>30</sup> - 13<sup>00</sup>**

**dl. PETROV Atanas** ( Sala de Sport a Scolii Gimnaziale "NANU MUSCEL")

**Tema : Mijloace si recomandari specifice pregătirii tinerilor ridicatori**

**Pauza de masa**



orele : 16<sup>00</sup> - 17<sup>30</sup>

**dl. GHEREA Stefan** ( Sala de Sport a Scolii Gimnaziale "NANU MUSCEL" )

**Tema : Mijloace si metode specifice în antrenamentul de pregătire fizică al tinerilor sportivi**

orele : 17<sup>30</sup> - 19<sup>00</sup>

**dl. BURATTINI Andrea** ( Sala de Sport a Scolii Gimnaziale "NANU MUSCEL" )

**Tema : Sistemul de joc și antrenament specific pentru faza a II-a a jocului**

**Ziua 3 : 04 septembrie 2024**

### **Sesiune teoretica**

orele : 10<sup>00</sup> - 12<sup>00</sup>

**Prelegere dl. prof. GATEJ Micea** ( Amfiteatrul Colegiului National "Dinicu GOLESCU" )

**Tema : Modalități de planificare a pregătirii, pe nivele de vârstă**

### ***Concluzii***

### **INCHEIEREA CURSULUI**

### **Notă:**

- sosirea participantilor se va face incepand cu **ora 12.00** a zilei de **02.09.2024**, pentru persoanele care vor beneficia de cazare la **hotel "Casa Bella"- CAMPULUNG** ( str. Izvoarelor nr. 621, Bughea de Sus / tel: 0745 061 917 )
- tabelul cu persoanele inregistrate, diferentiat ( cazare / fara cazare ) va fi postat pe grupul de WhatsApp "**Colegi - Antrenori VOLEI**"
- cursul se va organiza la:
  - o **Sala de Sport a Scolii Gimnaziale "NANU MUSCEL"** ( str. Fratii Golesti nr. 27 )
  - o **Amfiteatrul Colegiului National "Dinicu GOLESCU"** ( str. Negru Vodă nr. 66 )
- inregistrarea participantilor va fi facuta inaintea inceperii cursului, la **Sala de Sport a Scolii Gimnaziale "NANU MUSCEL"** ( **incepand cu orele 14.00** )