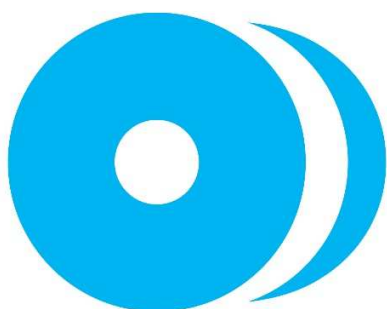


MEDZINÁRODNÝ SEMINÁR TRÉNEROV

S TEMATIKOU

UPLATNENIA PROSTRIEDKOV VZPIERANIA V KONDIČNEJ PRÍPRAVE



IWF

INTERNATIONAL
WEIGHTLIFTING
FEDERATION



FAKULTA TELESNEJ
VÝCHOVY A ŠPORTU
Univerzita Komenského
v Bratislave

23.11.2022
BRATISLAVA

Časový harmonogram a program

08:30 – 09:00 Registrácia účastníkov
09:00- 09:15 Otvorenie seminára

09:15 – 11:00 Sekcia 1
Vedúci sekcie: **PhDr. Ján Cacek, PhD.** (FSS MUNI, Brno, ČR)

Hlavná prednáška:

Fyziologické osobitosti silovej prípravy

doc. Mgr. Milan Sedliak, PhD. (FTVŠ UK, Bratislava, SR)

Okrúhly stôl s prezentáciami odborníkov a diskusia:

Model periodizácie rýchlostno-silového tréningu

prof. PhDr. Eugen Laco, PhD. (FTVŠ UK, Bratislava, SR)

Zaradenie prostriedkov vzpierania do kondičnej prípravy

Mgr. Tomáš Mihálik, PhD. (Health and Performance, Bratislava, SR)

Zaradenie prostriedkov vzpierania do kondičnej prípravy

PaedDr. Roman Švantner, PhD. (Fit Factory, Banská Bystrica, SR)

11:10 – 13:00 Sekcia 2
Vedúci sekcie: **PaedDr. Dušan Vavrovič** (KV SZV, Bratislava, SR)

Hlavná prednáška:

Technika a biomechanické osobitosti špeciálnych tréningových prostriedkov vo vzpieraní

Mgr. Tereza Králová, PhD. (FSS MUNI, Brno, ČR)

Okrúhly stôl s prezentáciami odborníkov a diskusia:

Zásady nácviku a zdokonaľovania techniky súťažných disciplín vo vzpieraní

Ing. Štefan Korpa (KV SZV, Bratislava, SR)

Nácvik a zdokonaľovanie vzpieračských disciplín v Crossfite

Jojo Porubský (Momentum Trainingcenter, Nitra, SR)

Tréningové prostriedky vzpierania v pohybovej príprave a v terapeutickej praxi

Mgr. Jakub Kmeťko (Pro Moveo, ČR, SR)

13:00 – 13:45 Obedová prestávka a "Coffee break"

13:45 – 16:30 **Sekcia 3**
Teoretická a praktická časť

Teoretická časť:

Pohybová (pred)príprava pre rýchlostno-silové športy, vzpieranie

Mgr. Viktor Oliva, PhD. (FTVŠ UK a KV SZV, Bratislava, SR)

Netradičné postupy v technickej príprave vo vzpieraní

Mgr. Gabriel Buzgó, PhD. (FTVŠ UK a KV SZV, Bratislava, SR)

Praktická časť (v novej posilňovni FTVŠ UK "SAC"):

Pohybová (pred)príprava pre rýchlostno-silové športy, vzpieranie

Mgr. Viktor Oliva, PhD. (FTVŠ UK a KV SZV, Bratislava, SR)

Ukážky netradičných postupov v technickej príprave vo vzpieraní

Mgr. Gabriel Buzgó, PhD. (FTVŠ UK a KV SZV, Bratislava, SR)

Miesto konania: Aula FTVŠ UK v Bratislave
 Posilňovňa FTVŠ UK „SAC“
 Nábr. arm. gen. L. Svobodu č. 9
 Bratislava 814 69
 GPS koordináty: 48° 8' 41.1493559" N
 17° 4' 42.5778008" E

Kontaktná osoba: Mgr. Gabriel Buzgó, PhD.
 buzgo@fsport.uniba.sk

VSTUP PRE ZÁUJEMCOV VOĽNÝ !

Prosíme o nahlásenie účasti vopred na e-mailovú adresu:
seminartrenerov2022@gmail.com

Mgr. Gabriel Buzgó, PhD.
predseda KV SZV

Ing. Korpa Štefan
predseda organizačného výboru

Ing. Tomáš Chovanec
predseda SZV