

KONFERENCJA METODYCZNO - SZKOLENIOWA

FOCUS HOTEL PREMIUM

Bydgoszcz, 18–20 października 2024 rok

Piątek, 18.10.2024

15.00 - 16.45	Przyjazd uczestników	
17.00	Otwarcie konferencji	Henryk Olszewski Tadeusz Osik
17.15 -18.30	Podsumowanie sezonu 2024 Wytyczne na sezon 2025	Tadeusz Osik Krzysztof Kęcki Lech Leszczyński Marcin Góra
18.30 – 19.30	Podsumowanie aktywności zespołu medycznego. Plany na przyszły sezon	Dr Jarosław Krzywański
19.30 - 20.30	Kolacja	
20.45 - 22.30	Spotkanie w blokach konkurencji	Trenerzy główni bloków konkurencji

Sobota, 19.10.2024

8.00 - 9.45	Śniadanie	
10.00 - 13.00	Spotkanie w blokach konkurencji Wytrzymałość: Lesław Lassota – Różnice szkoleniowe w BPS Olgi Chojeckiej do startu na 20 km ME 2024 Rzym, względem startu na dystansie 2 x 10km mikst na IO 2024 w Paryżu Zbigniew Król – BPS Weroniki Lizakowskiej do startu na IO 2024 w Paryżu do biegu na dystansie 1500m Rzuty: Joanna Fiodorow – Przygotowania Wojciecha Nowickiego do IO Paryż Cezary Wojna – Przygotowania Marii Andrejczyk do IO Paryż Sprint: Jarosław Skrzyszowski – Bieg przez płotki od teorii do praktyki na przykładzie przygotowania do IO Paryż 2024 Artur Błasiński - Wytrzymałość podstawową cechą motoryczną w treningu sprinterów na przykładzie Wiktorii Gadajskiej	Trenerzy główni bloków konkurencji



	<p>Skoki:</p> <p>Marcin Szczepański – Jak utrzymać wysoką dyspozycyjność startową w długim sezonie, na przykładzie treningu Piotra Lisaka</p> <p>Paweł Zdrajkowski – Systematyczna kontrola szybkości maksymalnej i jej wpływ na szybkość optymalną rozbiegu w skoku w dal</p>	
13.00 - 14.30	Obiad	
15.00 – 16.00	Interpretacja przepisów LA w kontekście decyzji sędziowskich na najważniejszych imprezach 2024	Filip Moterski
16.00 – 17.00	Nowa lista WADA, ale wciąż stare problemy z dopingiem w sporcie	Andrzej Pokrywka
17.00 – 18.00	Planowanie przygotowań w cyklu wieloletnim a niektóre długofalowe efekty treningu.	Jakub Adamczyk
18.00 - 19.00	Kolacja	
19.30 - 22.30	Spotkanie w blokach konkurencji	Trenerzy główni bloków konkurencji

Niedziela, 20.10.2024

8.00 - 9.00	Śniadanie – wyjazd uczestników	
-------------	--------------------------------	--



Ministerstwo
Sportu i Turystyki



TVP SPORT