

Ελληνική Ομοσπονδία Άρσης Βαρών

Σεμινάριο Ολυμπιακής Άρσης Βαρών

για όλα τα αθλήματα

«Κάτσε κάτω από την μπάρα με τον Χ. Ιακώβου»

Εισηγητές

Τεχνική και προπονητική της Άρσης Βαρών

Χρήστος Ιακώβου

Ο Προπονητής με τις μεγαλύτερες Ολυμπιακές

& Παγκόσμιες διακρίσεις

Sport Coaching

Δρ.Δρ.Γιώργος Ηλιού

Διδάκτωρ Φιλοσοφίας, Πανεπιστήμιο Αθηνών

Διδάκτωρ Οργάνωσης και Διοίκησης Επιχειρήσεων, Πανεπιστήμιο Πειραιώς

Προπονητής Α' κατηγορίας

Πληροφορίες και Προϋποθέσεις Συμμετοχής

1.Περίοδος

Έναρξη: 04/02/2017

Κόστος: 250 ευρώ

Διάρκεια: 32 ώρες

2.Συνοπτικό πρόγραμμα

Το πρόγραμμα περιλαμβάνει τέσσερεις κύκλους εισηγήσεων συνολικής διάρκειας 32 ωρών.

Οι εισηγήσεις θα γίνονται κάθε Σάββατο 17.00 με 21.00 και Κυριακή 10.00-15.00

Α' Κύκλος: 04-05/2017

Σάββατο 4/2: Θεωρία: Ξεκίνημα νέων αθλητών/τριων, Πρακτική: Εκμάθηση τεχνικής στις κύριες και βοηθητικές ασκήσεις

Κυριακή 5/2: Θεωρία: Πρόγραμμα προπόνησης δυο ημερών, Πρακτική: Εκμάθηση τεχνικής στις κύριες και βοηθητικές ασκήσεις

Β' Κύκλος: 11-12/2/2017

Σάββατο 11/2: Θεωρία: Ενταξη νέων ασκήσεων, Πρακτική: Εκπαίδευση με μπάρα στις κύριες και βοηθητικές ασκήσεις

Κυριακή 12/2: Θεωρία: 1^{ος} χρόνος προπόνησης, Πρακτική: ανάλυση προπονητικής για νέους αθλητές/τριες

Γ' Κύκλος: 18-19/2/2017

Σάββατο 18/2: Θεωρία: 2ος χρόνος προπόνησης, Πρακτική: προπόνηση και ανάλυση προπονητικής για προχωρημένους αθλητές/τριες

Κυριακή 19/2: Θεωρία: Προπόνηση κορυφαίων αθλητών, Πρακτική: Προπόνηση και ανάλυση προπονητικής για κορυφαίους αθλητές/τριες

Δ' Κύκλος: 25-26/2/2017

Σάββατο 25/2: Φιλοσοφία του Coaching, διαδικασία του Coaching, Coaching και αθλητική απόδοση.

Κυριακή 26/2: Ο Coach ως Manager, πρακτικές Coaching, ο ρόλος της παρακίνησης και της ηγεσίας στο αγωνιστικό αποτέλεσμα, Coaching και ηθικές πρακτικές.

3.Στόχος

Το πρόγραμμα στηρίζεται στην αλληλεπίδραση εμπειριών, τεχνικών γνώσεων και εξειδικευμένων δεξιοτήτων με στόχο να συμβάλλει σε μια ολοκληρωμένη ανάπτυξη των προπονητών σε τεχνικό και πνευματικό επίπεδο.

4.Σε ποιους απευθύνεται

Σε προπονητές και αθλητές/τριες όλων των αθλημάτων

Σε πτυχιούχους ΤΕΦΑΑ

Σε απόφοιτους ΙΕΚ προπονητικής

5.Εισηγητές

Χρήστος Ιακώβου

Γιώργος Ηλιού, PhD, PhD

6.Χώρος διεξαγωγής σεμιναρίων

Τα σεμινάρια θα διεξαχθούν στο ΕΑΚ Αγ. Κοσμά στην αίθουσα άρσης βαρών.

7.Αιτήσεις Συμμετοχής

Αιτήσεις θα γίνονται δεκτές μέχρι 20/01/2017

Με την αίτηση θα καταβάλλονται 50 ευρώ στον λογαριασμό της ομοσπονδίας που τηρείται στην Εθνική Τράπεζα 48056744 IBAN:GR 37 0110 0800 0000 0804 8056 744

Αίτηση και φωτοτυπία του αποδεικτικού κατάθεσης της τράπεζας, θα αποστέλλονται στην ηλεκτρονική διεύθυνση της Ε.Ο.Α.Β. info@weightlifting.gr

Το υπόλοιπο ποσό θα κατατίθεται στον λογαριασμό της Ε.Ο.Α.Β. και αντίγραφο θα αποστέλλεται στην ηλεκτρονική διεύθυνση της Ε.Ο.Α.Β. μία μέρα πριν την έναρξη του σεμιναρίου.

8.Πιστοποιητικό εξειδικευμένης επιμόρφωσης

Η Ε.Ο.Α.Β. σε όλους τους συμμετέχοντες θα χορηγήσει πιστοποιητικό εξειδικευμένης επιμόρφωσης.

Ελληνική Ομοσπονδία Άρσης Βαρών
Αίτηση Εγγραφής

Σεμινάριο Ολυμπιακής Άρσης Βαρών

για προπονητές όλων των αθλημάτων

«Κάτσε κάτω από την μπάρα με τον Χ Ιακώβου»

Προσωπικά Στοιχεία

Όνομα:	_____	Επώνυμο:	_____
Διεύθυνση:	_____		
Τηλέφωνο:	_____	Κινητό:	_____
Fax:	_____	e-mail:	_____
		Ημ. Γεννήσεως:	_____
Ιδιότητα	Εκπαίδευση		