

Treneris Viktors Tolkačevs sadarbībā ar Latvijas Galda tenisa federāciju aicina trenerus uz galda tenisa semināru 26.-27.oktobrī Nīcas vidusskolas sporta zālē.

Ierašanās, reģistrēšanās Nīcas vidusskolas sporta hallē

26.oktobrī plkst. 10.00 – 10.50. Semināra sākums 11.00, pirmās dienas noslēgums 19.00 – 20.00. 27.oktobrī sākums plkst. 10.00, noslēgums ap plkst. 17.30.

Būs iespēja apgūt praktiskās un teorētiskās zināšanas galda tenisā, kā arī ir iespēja pieteikt audzēkņus treniņiem. Praktiskie treniņi paredzēti divas reizes dienā, katrs ~ 2,5st. kopā 4 treniņi.

Galvenais treneris - Viktors Tolkačevs

Semināra pamattēma: Individuālā pieeja spēlētāju apmācībā.

Tiks vērsta uzmanība arī uz:

- tehnika – topspins, serves pieņemšana, kāju darbība;
- spēles psiholoģija un spēlētāja sagatavošana sacensībām;
- speciālie fiziskie vingrinājumi spēlētājiem (kāju un roku muskulatūras attīstīšana, vingrinājumi pārvietošanās ātruma attīstīšanai);
- mūsdienīga pieeja treniņu procesam, spēlētāja un trenera attiecības, Danijas B-75 nometnes pieredze;
- treniņš izmantojot mūziku un sarežģīti uzdevumi augtāka līmeņa spēlētājiem.

Dalībnieki – treneri, skolotāji saņems apliecību par sporta speciālistu profesionālās pilnveides izglītības programmas apguvi 8 stundu apmērā, derīgu sporta speciālistu resertifikācijai.

Pieteikuma anketu sūtīt uz e-pastu: zvirkulis01@inbox.lv, līdz 2018.gada 21.oktobrim.

Atbildīgais organizatoriskajos jautājumos:

Daiga Gabrūna

talr: 26830634

e-pasts zvirkulis01@inbox.lv

| | 1.diena | 2.diena |
|---|---------|---------|
| Vārds, uzvārds | | |
| Personas kods (nepieciešams sertifikātam) | | |
| Kontakttālrunis | | |
| E-pasta adrese | | |
| Organizācija, ko pārstāv | | |
| Naktsmītnes (Skolā 4.77 EUR, gulēšana klasē uz matračiem (guļammaiss, vai sega jāņem pašiem) (jā/nē) <u>Cik personām</u> (norādīt zēni, meitenes) Istabiņu īre ar ērtībām Nīcā 15.00 EUR personai (ieteikt pa mob.29294828) Saieta nam (hostelis) Rucavā 10.00 EUR personai | | |
| Vai būs nepieciešami ēdināšanas pakalpojumi (visas ēdienreizes 9.00 EUR)? <ul style="list-style-type: none"> • 1.dienas pusdienas (3.93 EUR) • 1.dienas vakariņas (3.40 EUR) • Naksniņas (1.05 EUR) • 2.dienas brokastis (2.10 EUR) • 2.dienas pusdienas (3.93 EUR) Norādīt cik cilvēki ēdīs | | |
| Audzēkņi – skaits | | |
| Kursu apmaksas veids (treneri – viena diena - 20.00 EUR , divas dienas- 35.00 EUR audzēkņiem - vienas dienas treniņi vienam dalībniekam 10.00 EUR): <ul style="list-style-type: none"> • rēķins • uz vietas | | |

Pieteikuma anketa

P.S. Ja semināra apmaksas veids ir izvēlēts ar rēķinu, tad maksātāja rekvizītus [līdz 19.oktobrim](#) ir jānosūta uz e-pasta adresi, zvrbulis01@inbox.lv, norādot par ko izrakstīt rēķinu - samaksa par semināru, ēdināšanu, gulēšanu.