



Gold Medal Squared trenerski seminar **Urnik**

Petek 7.5.2010

16.00 – 20.00 (predavalnica)

Predstavitev

Vzpostavitev temeljnih prepričanj

Sobota 8.5.2010

8.30 – 12.30 (dvorana)

Mehanika temeljnih spretnosti

1.Sprejem servisa

2.Napad

3.Servis

4.Podaja

5.Individualna obramba

6.Individualni blok

KOSILO

14.00 – 16.00 (predavalnica)

Ogled videa in analiza ZDA in ostale ekipe

Principi obrambe

16.15 – 17.45 (dvorana)

Trening ekipne obrambe

18.00 – 20-00 (predavalnica)

Ogled videa in analiza ZDA in ostale ekipe

Ravoj vaše ekipe s pomočjo statistike

Nedelja 9.5.2010

8.30 – 10.30 (predavalnica)

Ogled videa in analiza ZDA in ostale ekipe

Principi napada

10.45 – 12.30 (dvorana)
Trening napada

KOSILO

14.00 – 17.45 (dvorana)
Razvoj podajalca
Drili ZDA reprezentance

18.00 – 19.30 (predavalnica)
Ogled videa in analiza ZDA in ostale ekipe