



UDRUGA HRVAČKIH TRENERA HRVATSKE

10000 Zagreb, Ulica grada Gospića br. 1 (ŠSD "Peščenica")

Tel. 01/2307-245; fax. 01/2307-244

e-mail: CRO@fila-wrestling.com

SVIM HRVAČKIM TRENERIMA U HRVATSKOJ,
SVIM HRVAČKIM TRENERIMA PRIPRAVNICIMA,
SVIM HRVAČKIM KLUBOVIMA
HRVAČKIM SAVEZIMA IZ OKRUŽENJA

Broj: 2/2013

Zagreb, 4.1.2013.

PREDMET: Poziv na obavezni dvodnevni godišnji seminar za usavršavanje hrvačkih trenera u 2013. godini - Zagreb, 26.-27.01.2013. (subota i nedjelja), Sesevski Kraljevec
--

Udruga hrvačkih trenera Hrvatske u suradnji sa Hrvatskim hrvačkim savezom organizira obavezni dvodnevni godišnji seminar za usavršavanje hrvačkih trenera. Seminar će se održati u Sesevskom Kraljevcu, 26. i 27. 01. 2013. (subota i nedjelja) u OŠ „Sesevski Kraljevec“ (Školska 10, 10 361 Sesevski Kraljevec) s početkom u 9:00 sati. U ovoj godini je planiran samo jedan obavezni seminar za usavršavanje trenera iz hrvanja te će na njemu biti teme iz klasičnog i slobodnog načina hrvanja. O samoj Osnovnoj školi i kako do nje doći, možete naći na internet stranici škole: <http://os-sesevski-kraljevec.skole.hr/skola/lokacija>.

Sudjelovanje na seminaru obavezno je za sve trenere iz Hrvatske svih uzrasnih kategorija, kao i za sve trenere pripravnike koji će na natjecanjima pomagati hrvačkim trenerima u vođenju hrvača na natjecanjima. Trener koji neopravdano ne prisustvuje seminaru neće moći dobiti potvrdu o sudjelovanju na seminaru, te voditi hrvače na natjecanjima u zemlji i inozemstvu. Opravdanje za eventualni izostanak trenera sa seminara dostavlja se od strane hrvačkog kluba trenera u pisanom i argumentiranom obliku na adresu UHTH prije početka seminara. Eventualni nedolazak trenera morati će se nadoknaditi i doplatiti.

Također, preporuča se da trenerskom seminaru prisustvuju svi hrvački treneri pripravnici, odnosno svi oni koji imaju u planu školovati se za hrvačke trenere. Također, na seminaru mogu prisustvovati i treneri iz susjednih zemalja hrvačkih saveza koji su dobili poziv na ovaj seminar.

Uz trenere, pozivaju se da seminaru zbog zanimljivih tema prisustvuju i hrvači, djelatnici hrvačkih saveza, te svi oni koji na neki način sudjeluju u radu HHS-a.

Hrvatski hrvački trenere koji dolaze na seminar izvan Zagreba, a rezerviraju si smještaj na vrijeme, imati će organiziran besplatan smještaj u objektu škole. Taj broj mjesta je ograničen na 28 mjesta, te tamo nije organizirana prehrana i to će biti obveza sudionika. Rezervirati smještaj u tome objektu škole možete tako da nazovete Dinka Kremića na mob 091 5523603 i potvrdite mu za koliko i koje trenere rezervirate smještaj.

Svi ostali treneri koji dolaze izvan Hrvatske, te oni koji si ne rezerviraju smještaj na vrijeme ili žele veći komfor i komociju, mogu si rezervirati jedan polupansion u Hotelu Melody (noć 26 na 27.1 po cijeni od 130 Kn za noćenje s doručkom u dvo i trokrevetnim sobama). Broj mjesta u Hotelu Melody je također ograničen, tako da su i ti treneri dužni što prije rezervirati smještaj u tome hotelu. Adresa Hotela Melody je Soblinečka cesta 46, 10360 Sesvete – Soblinec (10 min autom od mjesta održavanja seminara), a telefon na kojem se vrše rezervacije u hotelu je 00385 (0) 1 2040 800. Više informacija o tome Hotelu Melody možete naći na internet stranicama: <http://www.shop-in-zagreb.com.hr/hotel-melody-169.aspx> i na stranici <http://www.moja-djelatnost.hr/iznajmljivanje-soba-sesvete-zagreb-%7C-hotel-melody>.

Seminarom će rukovoditi doc.dr.sc. Mario Baić, profesor sa Kineziološkog fakulteta, te Darko Rogalo, prof., predsjednik Stručno trenerske komisije HHS-a. Tehnički organizator seminara biti će HK „Sesvetski Kraljevec“.

OKVIRNI PROGRAM SEMINARA:

SUBOTA

- 9⁰⁰ – DOLAZAK TRENERA, UPLATA GODIŠNJE ČLANARINE
- 9²⁰- 9³⁰ - UVODNA RIJEČ I OTVARANJE I. OBAVEZNOG GODIŠNJEG SEMINARA ZA HRVAČKE
TRENERE U 2012. GODINI (predsjednik HHS-a g. Vladimir Bregović, predstavnik UHTH i ravnatelj škole g. Ivica Vlašić)
- 9³⁰- 11⁰⁰ - UČENJE I USAVRŠAVANJE OSNOVA TEHNIKA SLOBODNOG STILA U STOJEĆEM POLOŽAJU
(TEORIJSKO – PRAKTIČNO PREDAVANJE UZ VJEŽBANJE SVIH SUDIONIKA SEMINARA, Straso Gligorov - Makedonija)
- 11⁰⁰-11¹⁵ - PAUZA
- 11¹⁵- 12⁴⁵ - UČENJE I USAVRŠAVANJE OSNOVA TEHNIKA SLOBODNOG STILA U PARTERNOM POLOŽAJU
(TEORIJSKO – PRAKTIČNO PREDAVANJE UZ VJEŽBANJE SVIH SUDIONIKA SEMINARA, Strasko Gligorov - Makedonija)
- 12⁴⁵ – 15⁰⁰ –RUČAK ZA SVE SUDIONIKE TE PUZA I SMJEŠTAJ SUDIONIKA U PODRUČNOM OBJEKTU
ŠKOLE I U HOTELU MELODY (samo za one koji su napravili rezervacije)
- 15⁰⁰- 16⁰⁰ - SPECIFIČNA I SITUACIJSKA KONDICIJSKA PRIPREMA HRVAČA (TEORIJSKO PRAKTIČNO
PREDAVANJE - g. Mario Baić)
- 16⁰⁰ - 16¹⁵ - PAUZA
- 16¹⁵- 17⁰⁰- EDUKACIJA O EMOCIJAMA U SPORTU – SMANJENJE TREME I ANKSIOZNOSTI (TEORIJSKO
PREDAVANJE – Ana Staničić)
- 17⁰⁰- 17⁴⁵- KOMUNIKACIJA – KAKO –„KRITIZIRATI“ SPORTAŠA NA ADEKVATAN NAČIN (TEORIJSKO
PREDAVANJE – Andrea Kostelić-Martić)
- 17⁴⁵-18⁰⁰ – PAUZA
- 18⁰⁰- 19¹⁵ – REDOVNA SKUPŠTINA UHTH
- 21⁰⁰– ZAJEDNIČKO DRUŽENJE

NEDJELJA

9⁰⁰ - OKUPLJANJE TRENERA

9³⁰- 10³⁰- IZVJEŠĆE I PRAKTIČNI PRIKAZ SA FILA SEMINARA ZA HRVAČKE TRENERE ODRŽANOG U
LITVI (TEORIJSKO PRAKTIČNO PREDAVANJE – g. Mario Baić i g. Davor Jakubek)

10³⁰- 10⁴⁵- SUDAČKI OSVRT S VELIKIH NATJECANJA (g. Davor Petanjek)

10⁴⁵- 11⁰⁰- PAUZA

11⁰⁰- 11³⁰- IZVJEŠĆE O RADU, DIJAGNOSTIKA STANJA I PRAKTIČNE SMJERNICE ZA DALJNI RAD S
SENIORSKOM REPREZENTACIJOM (g. Davor Jakubek)

11³⁰- 12³⁰- METODSKI PUT USAVRŠAVANJA TEHNIČKO – TAKTIČKIH KOMPLEKSA IZ KLASIČNOG NAČINA
HRVANJA ZA KOJE SU TRENERI REPREZENTACIJA UTVRDILI DA POSTOJE PROBLEMI U
PRAKSI (TEORIJSKO PRAKTIČNO PREDAVANJE - g. Vlado Lisjak, g. Milan Pavelić, g. Kristijan
Slačanac..)

12³⁰- 12⁴⁵- PAUZA

12⁴⁵- 13³⁰- OSNOVE MASAŽE, ISTEZANJA I AUTOMOBILIZACIJE HRVAČA (g. Dejan Spasić)

13³⁰ - PODJELA POTVRDA O SUDJELOVANJU TE ODLAZAK SA SEMINARA

Svi sudionici seminara dužni su prije početka seminara uplatiti godišnju članarinu u iznosu od **300,00 kn (tristo kuna) po treneru**. Navedenu članarinu može se uplatiti i na žiro račun UHTH s napomenom „Godišnja članarina za trenere Marka Marića,.....“. Udruga hrvačkih trenera Hrvatske izdati će nakon seminara potvrdu o sudjelovanju na seminaru svima onima koji su prisustvovali cijelom seminaru, uplatili godišnju članarinu te podmirili ostale obveze prema UHTH (predali svu potrebnu dokumentaciju, predali svoju sliku...).

Svi gosti, bilo strani ili domaći, plaćaju prisustvovanje seminaru 300 Kn (oko 40 Eura).

U cilju proširenja trenerske baze, apeliramo na sve klubove da na seminar pošalju što više mladih trenera hrvanja pripravnika kojima ćemo dati kvalitetna teorijska i praktična znanja te snažnu podršku pri njihovom napredovanju i usavršavanju.

U očekivanju vašeg dolaska, športski Vas pozdravljamo.

Predsjednik UHTH:

gosp. Pero Panić