



**PROGRAM  
KURSOKONFERENCJI  
TRENERÓW  
I INSTRUKTORÓW WIOŚLARSTWA**

**POZNAŃ - MALTA  
1-3 GRUDNIA 2017**

## Piątek 1.12

godz. 14:00                      Obiad – Restauracja „Trzy Kolory” (wieża sędziowska)

godz. 15:00-16:30            *Podsumowanie sezonu 2017*  
**Bogdan Gryczuk – Dyrektor Sportowy PZTW**

godz. 16:30-17:00            Przerwa na kawę

godz. 17:00-18:00            *Trening grupy kobiet w sezonie 2017*  
**Jakub Urban – Trener główny PZTW**

godz. 18:00-19:00            *Fizjologiczne podstawy treningu interwałowego*  
**dr Jarosław Janowski – AWF Poznań**

godz. 19:00                      Kolacja - Restauracja „Trzy Kolory”

## Sobota 2.12

- godz. 9:00-11:15** *Polska szkoła techniki wiosłowania oraz podstawy ustawiania łodzi – Trenerzy PZTW oraz inż. Zbigniew Staniak – Instytut Sportu Warszawa*
- godz. 11:15-11:45** Przerwa na kawę
- godz. 11:45-13:15** *Profilaktyczne bilanse biologiczne jelit w sporcie wyczynowym – mgr Magdalena Wieczorek – Polski Związek Narciarski, członek francuskiego Towarzystwa Medycznego Mediprevent*
- godz. 13:15** Obiad – Restauracja „Trzy Kolory”
- godz. 15:00-17:00** *Ćwiczenia – Wojciech Pietraszkiewicz, Rafał Kuczera, Łukasz Ryder – Fizjoterapeuci Kadry Narodowej PZTW*
- godz. 17:00-18:30** *Wybrane aspekty badań fizjologicznych polskich wioślarzy Dr hab. Andrzej Klusiewicz - Instytut Sportu Warszawa*
- godz. 19:30** Uroczysta kolacja – Ogłoszenie Trenera Roku

## Niedziela 3.12

- 
- godz. 9:00-10:00**      *Doniesienie z Konferencji Komisji Młodzieżowej FISA w Mińsku – uczestnicy konferencji – Trenerzy PZTW*  
**Artur Jankowiak, Mariusz Szumański, Przemysław Konecki**
- godz. 10:00-11:00**      *Zasady działania klubów wioślarskich w Niemczech*  
**Łukasz Kaczmarek**
- godz. 11:00-12:15**      *Moje przygotowania do najlepszych wyników światowych*  
**Iztok Cop - Słowenia**
- godz. 12:30-13:15**      *Nowy program regat w kontekście zmian wprowadzanych w wioślarstwie międzynarodowym*  
**Bogdan Gryczuk – Dyrektor Sportowy PZTW**
- godz. 13:30**              **Obiad – Restauracja „Trzy Kolory”**