



ETTU / ITTF - Evropa rozvojový program ETTU 2016 Coaching Conference

**Evropská unie stolního tenisu pořádá ve spolupráci s ČAST a TMS ČOV ve dnech
10. a 11. 10. 2016 v Praze mezinárodní konferenci trenérů.**

PROGRAM

Pondělí 10. října 2016 9:00 - 13 00 hod.

Výživa ve stolním tenise - Danijel BORKOVIC (SLO) Dr. Med.

- Základní anatomie a fyziologie trávicí soustavy
- Základy zdravé výživy
- Potravinové doplňky: Opravdu je potřebujeme, nebo jsou to jen vyhozené peníze?
- Co jíst a pít před, během a po zátěži.

Pondělí 10. října 2016 15:00 – 19:00 hod.

Koučing jako mentální hra - Makis CHAMALIDIS (FRA), Ph.D.

(Sportovní psycholog, který pracoval s více než 500 sportovci z 20 různých disciplín. Od roku 1997 konzultant Francouzské tenisové federace)

- Proč by se trenéři měli více zabývat mentálním tréninkem
- Pomoc hráči správně zpracovávat informace: identifikace parazitního myšlení a vytváření mentálních obranných systémů
- Vytváření mentálních návyků, které jsou silnější než emoce
- Nalezení správných slov a přístupů k formování hráče

Úterý 11. října 2016 9:00 - 13:00 a 15:00 – 19:00 hod.

Století změn - Co o nich víme - Anders JOHANSSON (SWE)

- Změny - možnosti nebo problémy?
- Vývoj - co to znamená?
- Asie – honba k jejich dostižení, nebo to vzdát?
- Trenéři - teorie a praxe

MÍSTO KONÁNÍ:

Welness Hotel Step Prague**
Malletova 1141, 19000 Praha 9 (CONGRES HALL)**

PŘIHLÁŠKY:

zasílejte na e-mail: novotnova@email.cz a petr.nedoma@volny.cz

nejpozději do:

5. října 2016

UPOZORNĚNÍ: Pro české a slovenské trenéry bude ČAST ve spolupráci s TMS ČOV zajišťovat simultánní tlumočení z angličtiny do češtiny. Pokud požadujete zajištění ubytování z 10. na 11. 10. 2016 obraťte se na Martina Linerta tel.: 603828197 nebo e-mail: linert@seznam.cz