



Konferencja Trenerów Szkolenia Olimpijskiego

Termin: 15 – 17.05.2017 r.

Miejsce: COS Spała

DZIEŃ PIERWSZY (15.05.2017)		
12:00 - 12:30	Rejestracja uczestników	
13:00 - 13:05	Otwarcie konferencji i powitanie uczestników	dr Marcin Nowak <i>Dyrektor Departamentu Sportu Wyczynowego w MSiT</i>
13:05-14:00	Wystąpienie Ministra	Witold Bańka <i>Minister Sportu i Turystyki</i>
14:00 - 16:00	Obiad	
16:00 - 16:15	Wystąpienie przedstawiciela MSiT	dr Marcin Nowak <i>Dyrektor Departamentu Sportu Wyczynowego w MSiT</i>
16:15 - 16:30	Naukowe wsparcie procesu treningowego	dr Urszula Włodarczyk dr Piotr Żmijewski <i>Instytutu Sportu-PIB</i>
16:30 - 17:00	Wystąpienie przedstawicieli COS	Tomasz Koziński <i>(Dyrektor COS)</i> Sebastian Danikiewicz <i>(COS Zakopane)</i> Grzegorz Kotowicz <i>(COS Szczyrk)</i> Waldemar Wędrowski <i>COS Spała</i>
17:00 - 17:30	Reprezentacja Polski na Igrzyska Paraolimpijskie PyeongChang 2018	Łukasz Szeliga <i>Polski Komitet Paraolimpijski</i>
17:30 - 18:00	Przerwa kawowa	
18:00 - 19:30	Ocena startu reprezentantów Polski w głównych imprezach sezonu 2016/2017 w kontekście przygotowań do ZIO PyeongChang 2018	dr Tomasz Grzywacz Marian Szczechowicz <i>Zespół Metodyczny IS-PIB</i>
19:30	Kolacja	
DZIEŃ DRUGI (16.05.2017)		
9:00 - 10:30	Trening siły i mocy, dobór metod i obciążeń. Wykład	dr hab. prof. nadzw. Zbigniew Trzaskoma <i>Zespół Metodyczny IS-PIB</i>
10:30 - 11:00	Przerwa kawowa	



11:00 - 12:45	Trening siły i mocy, dobór obciążeń. Platforma dynamometryczna. Warsztaty	dr hab. prof. nadzw. Zbigniew Trzaskoma <i>Zespół Metodyczny IS-PIB</i>
13:00 - 15:00	Obiad	
15:00 - 15:10	Protokół postępowania przedstartowego. Wprowadzenie	dr hab. prof. nadzw. Jan Blecharz <i>AWF Kraków</i>
15:10 - 17:00	Protokół postępowania przedstartowego. Wykład	dr Daniel Gould <i>Michigan State University</i>
17:00 - 17:30	Przerwa kawowa	
17:30 - 19:30	Protokół postępowania przedstartowego. Mój osobisty plan na 48 godzin przed startem na Igrzyskach Olimpijskich. Warsztaty	dr Daniel Gould <i>Moderator:</i> dr hab. prof. nadzw. Jan Blecharz
19:30	Kolacja	
20:00 - 23:00	Trenerski klub dyskusyjny	
DZIEŃ TRZECI (17.05.2017)		
09:00 - 09:30	Procedury aklimatyzacji do zmiany stref czasowych i klimatycznych.	dr Mariusz Żebrowski <i>Centralny Ośrodek Medycyny Sportowej</i>
09:30 - 09:45	Rytm okołodobowy a możliwości wysiłkowe.	dr Hubert Krysztofiak <i>Centralny Ośrodek Medycyny Sportowej</i>
09:45 - 10:15	Zalecenia treningowe w okresie aklimatyzacji. Fizjologia okresu przedstartowego.	dr hab. prof. nadzw. Miłosz Czuba <i>AWF Katowice</i>
10:15 - 10:45	PyeongChang - specyficzne zalecenia i restrykcje żywieniowe. Zagadnienia żywienia w okresie startowym.	Izabela Michnowska <i>IMDiK PAN / Centralny Ośrodek Medycyny Sportowej</i>
10:45 - 11:00	Przerwa	
11:00 - 11:15	Doświadczenia zespołów medycznych i szkoleniowych.	Natalia Mrozińska <i>Polski Związek Łyżwiarstwa Szybkiego</i>
11:15 - 11:30	Doświadczenia zespołów szkoleniowych.	Janusz Krężelok <i>Polski Związek Narciarski</i>
11:30 - 11:45	Aktualne problemy antydopingowe;	dr Andrzej Pokrywka <i>Centralny Ośrodek Medycyny Sportowej</i>



11:45 - 12:00	Procedury antydopingowe.	Michał Rynkowski <i>Dyrektor Biura Komisji do Zwalczenia Dopingu w Sporcie</i>
12:00 - 12:10	Aktywność medyczna w okresie przygotowań do Igrzysk Olimpijskich.	dr Hubert Krysztofiak <i>Centralny Ośrodek Medycyny Sportowej</i>
12:10 - 12:30	Problemy medyczne i profilaktyka prozdrowotna w okresie przygotowań do Igrzysk Olimpijskich.	Lek. med. Jarosław Krzywański <i>Centralny Ośrodek Medycyny Sportowej</i>
12:30 - 14:00	Aktualny stan przygotowań organizacyjnych do ZIO PyeongChang 2018	Marzenna Koszewska Ireneusz Kutyła <i>Polski Komitet Olimpijski</i>
14:00-14:15	Podsumowanie i oficjalne zamknięcie Konferencji	Jan Widera <i>Podsekretarz Stanu MSiT</i>
14:30	Obiad	

