

ΣΑΒΒΑΤΟ 29 ΜΑΪΟΥ 2010

Πρωϊ

- 8:30-9:00 Προσέλευση – Εγγραφές
- 9:00-9:30 Χαιρετισμοί – Έναρξη
- 9:30-10:15 Προπόνηση για τη φυσική κατάσταση των ποδοσφαιριστών
Διάλλας Κων/νος, Καθηγητής Φυσ. Αγωγής,
Προπονητής Ποδοσφαίρου
- 10:15-10:55 Εργομετρική Αξιολόγηση
Πούλος Στέλιος
Εργοφυσιολόγος Προπονητής Ποδοσφαίρου
- 10:55-11:05 Διάλειμμα
- 11:05-11:45 Διαφορές-Ομοιότητες Ερασιτεχνών- Επαγγελματιών.
Ποδοσφαιριστών
Πούλος Στέλιος
Εργοφυσιολόγος Προπονητής Ποδοσφαίρου
- 11:45-12:25 Διατροφή των ποδοσφαιριστών
Μαχαίρα Τόνια Διατροφολόγος
- 12:25-12:35 Διάλειμμα
- 12:35-13:35 Προπόνηση Τερματοφύλακα
Πλαβούκος Ιωάννης
Προπονητής Π.Α.Ε. ΘΡΑΣΥΒΟΥΛΟΣ

Απόγευμα

- 17:30-18:00 Προσέλευση στο Δημοτικό Γήπεδο Χαλκίδας
- 18:00-20:00 Προπόνηση Τερματοφύλακα (Πρακτική)
Πλαβούκος Ιωάννης
Προπονητής Π.Α.Ε. ΘΡΑΣΥΒΟΥΛΟΣ

ΚΥΡΙΑΚΗ 30 ΜΑΪΟΥ 2010

Πρωϊ

- 9:00-9:30 Προσέλευση
- 9:30-10:30 Πρόληψη τραυματισμών στο ποδόσφαιρο
Ζουρμπάκης Αργύρης
Φυσικοθεραπευτής
- 10:30-11:20 Κανονισμοί Διαιτησίας - Παραβάσεις - Σφάλματα
Πειθαρχικός Έλεγχος
Καρατζάς Χαρ/μπος
Διαιτητής - Εκπαιδευτής Α' Κατηγορίας
- 11:20-11:30 Διάλειμμα
- 11:30-12:15 Η καθοδήγηση πριν-κατά & μετά τον αγώνα
Τεννές Χαράλαμπος
Προπονητής Π.Α.Ε. ΚΕΡΚΥΡΑ
- 12:15-12:25 Διάλειμμα
- 12:25-13:25 Προπόνηση τακτικής στο σύστημα 4-5-1 (4-2-3-1)
Τεννές Χαράλαμπος
Προπονητής Π.Α.Ε. ΚΕΡΚΥΡΑ



Απόγευμα

- 17:30-17:45 Προσέλευση στο Δημοτικό Γήπεδο Χαλκίδας
- 17:45-20:00 Προπόνηση Τακτικής στο σύστημα 4-5-1 (4-2-3-1)
Πρακτική
Τεννές Χαράλαμπος
Προπονητής Π.Α.Ε. ΚΕΡΚΥΡΑ