



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

TRENERIMA i PRIPRAVNICIMA HRVANJA HRVAČKIM KLUBOVIMA HRVAČKIM SAVEZIMA IZ OKRUŽENJA

Broj: 01/2019

Zagreb, 6. siječanj 2019. godine

PREDMET: Poziv na I. obavezni godišnji seminar za hrvatske trenere u 2019. godini i Redovnu Skupštinu (18. i 19. siječanja 2019. godine u Krapinskim Toplicama)

Poštovani kolegice i kolege treneri i sportski djelatnici,

Udruga hrvatskih trenera Hrvatske (UHTH) u suradnji sa Hrvatskim hrvatskim savezom (HHS), Stručno trenerskom komisijom (HHS) i Kineziološkim fakultetom (KIF) u Zagrebu organizira I. obavezni godišnji seminar za trenere (i Redovnu Skupštinu) koji će se održati **18. i 19. siječanja 2019. godine (petak i subota) u Hotelu Toplice, Antuna Mihanovića 2, Krapinske Toplice i Osnovnoj školi Krapinske Toplice, Zagrebačka ulica 12, 49217 Krapinske Toplice**. Drugi trenerski seminar održati će se u drugom dijelu godine – predvidivo na Kineziološkom fakultetu u Zagrebu. O detaljima održavanja 2. trenerskog seminara, biti ćete pravovremeno obavješteni.

Sudjelovanje na seminaru obavezno je za sve trenere iz Hrvatske svih uzrasnih kategorija, kao i za sve trenere pripravnike koji će na natjecanjima pomagati hrvatskim trenerima u vođenju hrvača na natjecanjima. Trener koji neopravdano ne prisustvuje seminaru neće moći dobiti godišnju licencu za rad i voditi hrvače na natjecanjima u zemlji i inozemstvu. Opravdanje za eventualni izostanak trenera sa seminara potrebno je dostaviti od strane hrvatskog kluba trenera u pisanom i argumentiranom obliku na adresu UHTH prije početka seminara. Eventualni nedolazak trenera potrebno je nadoknaditi i doplatiti. Uz trenere, poželjno je prisustvovanje i hrvača na seminaru zbog zanimljivih tema, kao i svih onih osoba koje na neki način sudjeluju u radu HHS-a. **Svi sudionici OBAVEZNI su ponijeti sportsku opremu i aktivno sudjelovati u praktičnim predavanjima.**

Puni pansion sudionika (s petka 18. siječnja 2019. na subotu 19. siječnja 2019.) organiziran je u Hotelu Toplice, Antuna Mihanovića 2, 49217 Krapinske Toplice. Detalje o hotelu možete pronaći na web stranici www.toplice-hotel.hr. Seminarom će rukovoditi g. Pero Panić, a tehnički organizator biti će HK Vindija i gosp. Zvonko Očić, prof.



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

PROGRAM SEMINARA

18. siječanj 2019. (petak) – REDOVNA SKUPŠTINA i OKRUGLI STOL

- 17:00 – 18:30 - Dolazak i registracija sudionika u Hotelu Toplice
18:30 – 19:00 - Redovna Skupština UHTH
19:00 - 20:00 – Večera (uračunata je u cijenu kotizacije seminara)
20:00 – 20:15 - Pozdravni govor predsjednika HHS-a g. Vladimira Bregovića, ing. građ.
20:15 – 21:00 - Okrugli stol s temom: **Značaj seniorskih natjecanja za HHS**
(izbornik reprezentacije: mr.sc. Alen Runac)
21:05 Sastanak Liga odbora (nakon završetka okruglog stola)

19. siječanj 2019. (subota) – PRAKTIČNA i TEORIJSKA PREDAVANJA

- 09:00 - 09:10 – Pozdravni govor g. Pere Panića (predsjednik UHTH) i g. Darka Rogala (predsjednik Stručno trenerske komisije HHS-a)
09:10.- 9:45 teorijsko praktično predavanje

Upoznavanje s novim hrvačkim pravilima

(predavač: predsjednik Sudačke komisije HHS-a, g. Zvonko Očić, prof.)
- mjesto održavanja: u sportskoj dvorani Osnovne škole Krapinske Toplice

- 09:45 – 10:45 - teorijsko praktično predavanje:

Tehničko- taktička priprema tehnika u parternom položaju (obuhvat glave i ruke sprijeda i aufrajzer)

(predavač: g. Igor Petrenko, prof. rođen 1967., Bjelorusija; Igor Petrenko tri puta je bio brončani na europskim seniorskim prvenstvima, jednom je osvojio četvrto mjesto na seniorskom SP, dva puta je bio sudionik OI kao hrvač; od 2002. do 2014. godine radi kao asistent trener seniorske reprezentacije Bjelorusije ili kao trener Visoke sportske škole u Gomel regiji BLR; od 2014. do 2018. godine bio je prvi trener seniorske reprezentacije Bjelorusije, hrvači koje je vodio kao trener bjeloruske reprezentacije od 2014. godine do 2018. godine osvojili su 21 medalju na najvećim seniorskim natjecanjima uključujući i Olimpijske igre (EP, SP, OI); završio je Visoku trenersku školu i Fakultet fizičke kulture u Bjelorusiji, od ove godine obavljati će poslove trenera mentora hrvatskih hrvačkih reprezentacija)

- 11:00 – 12:00 – teorijsko praktično predavanje:

Teničko- taktička priprema tehnika u stojećem položaju (dovođenja u parter i bacanja uvinućem)

(predavač: g. Igor Petrenko, prof. – Bjelorusija)



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

12:10 – 13:45 – RUČAK I PAUZA

14:00 – 15:00 – teorijsko praktično predavanje:

Obrane i kontranapadi hrvača u parternom i stojećem položaju

(predavač: g. Igor Petrenko, prof. – Bjelorusija)

– školska sportska dvorana

15:00 – 15:30 – teorijsko praktično predavanje

Demonstracija bazičnih i specifičnih kondicijskih vježbi za hrvače s opremom tvrtke Suples Ltd.

(predavač: g. Nenad Žugaj, prof)

- školska sportska dvorana

15:50 – 16:15 – teorijsko predavanje:

Povezanost tehničke efikasnosti u napadu i obrani za uspjeh hrvača

(predavač: izv. prof. dr. sc. Mario Baić, član znanstvene komisije UWW-a i profesor KIF-a)

- U Hotelu Toplice

16:15 – 17:00 - teorijsko predavanje:

Intenzitet i fokus uz demonstraciju biofeedback uređaja (trema i uzbuđenje pred nastup)

(predavač: Ana Kotzmuth, prof. Profesorica psihologije. Od 2003. do 2015. godine radi kao psihologinja, stručna suradnica u Športskoj gimnaziji u Zagrebu, gdje se bavi razvojem i poboljšanjem sustava školovanja djece vrhunskih sportaša kroz mnoge projekte. Od 2014. godine radi kao mentalna trenerica u organizaciji za psihološku pripremu sportaša „Mentalni trening“ u Zagrebu. Mentalna trenerica je mnogim vrhunskim sportašima-olimpijcima.)

- u Hotelu Toplice

17:00 - podjela potvrda o sudjelovanju

17:30 – Nogomet

Svi sudionici seminara dužni su prilikom registracije za sudjelovanje na seminaru uplatiti godišnju članarinu u iznosu od **350,00 kn (tri stotine pedeset kuna) po osobi** (50 eura po osobi za sudionike drugih/stranih nacionalnih federacija ili udruga).



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 sudionicima bit će osiguran puni pansion u Hotelu Toplice uključujući i večeru prvi dan. (večera nije bila uključena u cijenu prošlog trenerskog seminara u Krapinskim Toplicama). Prikupljena sredstva biti će utrošena za organizaciju I. i II. obaveznog trenerskog seminara.

Nakon održanog seminara, Udruga hrvatskih trenera Hrvatske izdat će potvrdu o sudjelovanju kao i godišnju trenersku licencu.

Sudjelovanje na okruglom stolu (18. siječanj 2018. godine, petak) obavezno je i za predsjednike klubova, ali sudjelovati mogu i ostali djelatnici koji svojim radom doprinose poboljšanju i unaprjeđenju rada HHS-a, njegovih članica ili pridruženih udruga.

S ciljem proširenja trenerske baze, međusobne razmjene spoznaja i iskustava, molimo sve klubove da na seminar pošalju što više mladih trenera hrvanja, potencijalnih trenera, ali i hrvča kojima ćemo osigurati kvalitetna teorijska i praktična znanja, te snažnu podršku pri njihovom napredovanju i usavršavanju.

Za sve ostale informacije slobodno nas kontaktirajte.

U očekivanju vašeg dolaska, sportski Vas pozdravljamo.

Predsjednik

gosp. Pero Panić

(00385 98 268471)