

A MAGYAR TRIATLON SZÖVETSÉG SZAKMAI TOVÁBBKÉPZÉS PROGRAMJA
(2015.06.26-27.)

Napok/órák	HÉTFŐ 2015. 06.22.	KEDD 2015.06.23.	SZERDA 2015.06.24.	CSÜTÖRTÖK 2015.06.25.	PÉNTEK 2015.06.26.	SZOMBAT 2015.06.27.	VASÁRNAP 2015.06.28
7-8						Reggeli	
8-10						Úszás Dévay László	
10-12						Sportági edzésmélet Dr. Szakály Zsolt	
12-14					Ebéd	Ebéd	
14-16					Futás Dr. Gyimes Zsolt	Kerékpározás Lehmann Tibor	
16-18					Sportági edzésmélet Dr. Szakály Zsolt		
18-20							
20-21					Vacsora		

AZ OKTATÁS TARTALMA

Úszás	2	- Az úszás technikája - Technikajavítás - Oktatás
Kerékpár	2	- A kerékpár beállítása - A kerékpározás technikája - Technikajavítás - Oktatás
Futás	2	- A futás technikája - Technikajavítás - Oktatás
Sportági edzéselmélet	4	- Részsportágak felkészítése - Edzéstervezés a triatlonban
Kiválasztás	1	- Direkt és indirekt kiválasztás
Utánpótlás-nevelés	1	- Az utánpótlásedzést befolyásoló tényezők - Az utánpótlás-nevelés szakaszai
Összes óraszám	12	-