

COLEGIUL CENTRAL AL ANTRENORILOR FR JUDO

CURS PERFEȚIONARE ANTRENORI

02.12 – 04.12.2022.

TEMATICA CURSULUI

Data 02.12 sosirea participanților ;

Ora: 14.00 -16.00 Reuniunea participanților si prezentarea tematicii de lucru;

Judo aplicat sportivilor cu nevoi speciale;

Tehnicile adaptate;

Arbitrajul, stabilirea unei idei unitare;

Lector:prof Balazs Laszlo

Prezentarea proiectului calendarului competition national si international;

Regulamentul de arbitraj in raport cu cerintele nationale si internationale;

Lector; Jebelean Marius, sef Comisie tehnica arbitraj

Ora:16 – 17.30 curs.

Noutăți științifice din judo competițional;

Programa tehnica a Federatiei Romana de judo pentru centuri colorate;

Lector : prof. Univ.dr. Dan DELIU- Vicepresedinte FRJ,PresedinteCNCN

Ora:17.30 – 19.00

Criterii probe si norme pentru selectia in judo;

Norme tehnice privind participarea in competitii;

Lector : Conf. univ. dr. Emilian RABOLU,presedinte C.C.A

Ora: 19. 00 Cina

Ora: 20.00. Vizionare tehnici de judo competition Ne Waza;

Data 03.12

Ora: 08.00 – 08.30 mic dejun

Ora: 10.00 -13.00 curs

Antrenament tehnico-metodic judo-Ne –Waza;

Aplicarea regulamentului in raport cu actiunile desfasurate in timpul unei intalniri;

Lector : prof. Iulian SURLA,membru in C.D.

Curs practice:Tehnicile adaptate sportivilor cu nevoi special;

Lector:prof Balazs Laszlo

Ora:13.30 masa de pranz.

Ora:15.30- 18.00

Antrenament tehnico-metodic judo-Ne –Waza

Aplicarea regulamentului in raport cu actiunile desfasurate in timpul unei intalniri

Lector : prof. Iulian SURLA,membru in C.D.

Ora: 19 Cina.

Data 04.12

Ora: 08,00 – 8,30 mic dejun

Ora:09.00 – 10.00 curs.

Concluzii privind desfasurarea cursului , propuneri pentru seminariile viitoare.

Finalizarea cursului si acordarea diplomelor de participare;

Ora:10.30 Examen pentru otinerea centurii negre;

Ora:12³⁰ Masa de pranz;

Președinte CCA FR Judo,
Conf. univ. dr. Emilian RABOLU