

**ROGRAM**  
**KURSOKONFERENCJI TRENERÓW I INSTRUKTORÓW SPORTU**  
**WOJEWÓDZTWA KUJAWSKO-POMORSKIEGO**  
**BYDGOSZCZ 17-18.12.2011**

(Wykłady, posiłki i zakwaterowanie - Stadion Miejski "ZAWISZA" Bydgoszcz, ul. Gdańska 163 (Hotel Zawisza))

**SOBOTA 17.12.2011**

godz. 12.30	<i>OBIAD</i>	
<b>godz. 13.10</b>	<b>OTWARCIE KURSOKONFERENCJI</b>	
<b>godz. 13.15 –14.00</b>	<b>Mirosław Bednarczyk</b> Kujawsko-Pomorskie Stowarzyszenie Związków Sportowych	<b>Informacje dotyczące kadr wojewódzkich</b>
<b>godz. 14.00 –15.30</b>	<b>Jan Peche</b> Psycholog w Ośrodku Terapii i Rozwoju Gestalt w Warszawie	<b>W czym psycholog może być pomocny zawodnikowi i trenerowi.</b>
godz. 15.30 – 15.45	<i>PRZERWA NA KAWĘ</i>	
<b>godz. 15.45 –17.15</b>	<b>dr n. med. Andrzej Rakowski</b> Dyrektor Woj. Przych. Sport.-Lek. W Bydgoszczy Konsultant Krajowy w dziedzinie medycyny sportowej	<b>Medyczne wskaźniki monitoringu treningu sportowego</b>
godz. 17.15 – 17.30	<i>PRZERWA NA KAWĘ</i>	
<b>godz. 17.30 –19.00</b>	<b>Lech Olszewski</b> trener RTW BYDGOSTIA	<b>Planowanie treningu</b>
godz. 19.30	<i>KOLACJA + TOWARZYSKIE SPOTKANIE TRENERSKIE</i>	

**NIEDZIELA 18.12.2011**

godz. 08.00	<i>ŚNIADANIE</i>	
<b>godz. 09.00 –10.30</b>	<b>dr Robert Stępiak</b> UKW w Bydgoszczy Instytut Kultury Fizycznej	<b>Triathlon – trójbój wytrzymałości</b>
godz. 10.30 – 10.45	<i>PRZERWA NA KAWĘ</i>	
<b>godz. 10.45 –12.15</b>	<b>dr Dariusz Błachnio</b> Komisja do Zwalczania Doping w Sporcie	<b>Doping w sporcie</b>
godz. 12.15 – 12.30	<i>PRZERWA NA KAWĘ</i>	
<b>godz. 12.30 –14.00</b>	<b>prof. dr hab. n. med. Jacek J. Kławe</b> UMK w Toruniu Collegium Medicum w Bydgoszczy Katedra i Zakład Higieny i Epidemiologii	<b>Adaptacja do warunków wysokogórskich. Trening wysokogórski.</b>
<b>godz. 14.00</b>	<b>ZAKOŃCZENIE KURSOKONFERENCJI</b>	
godz. 14.15	<i>OBIAD</i>	

Informacja kontaktowe :

**Mirosław Bednarczyk** –Kierownik Wyszkolenia Kujawsko-Pomorskiego Stowarzyszenia Związków Sportowych 507-091-890 [wycha.bydg@pro.onet.pl](mailto:wycha.bydg@pro.onet.pl)

**Lech Olszewski** – trener odpowiedzialny za przygotowanie i prowadzenie kursokonferencji 607-120-182 [kmaio@wp.pl](mailto:kmaio@wp.pl)

**Andrzej Naglewicz** – trener odpowiedzialny za sprawy organizacyjne 602-401-491