



# POMORSKI WOJEWÓDZKI ZWIĄZEK PIŁKI RĘCZNEJ w GDAŃSKU

## PROGRAM KONSULTACJI TRENERSKIEJ PWZPR

**Tczew 03.09.2022r.**

- 09:00           Otwarcie Konsultacji - Robert Majdziński
- 09:00 - 09:20   Kalendarz sportowy na sezon 2022/23 – Robert Majdziński
- 09:20 - 10:30   Żywnienie i suplementacja u piłkarzy ręcznych –  
                  dr Dariusz Łyżwiński
- 10:30 - 11:30.   Rola trenera w podstawowym nauczaniu piłki ręcznej –  
                  prof. Janusz Czerwiński
- 11:30 – 13:00   Doskonalenie techniki i taktyki indywidualnej w obronie  
                  i w ataku, na różnych etapach szkolenia - od klasy IV  
                  do klasy VIII szkoły podstawowej - Patryk Rombel
- 13:00 – 14:00   Proste strategie dla lepszego monitoringu postępów oraz  
                  gotowości do gry – prowadzący Konrad Szczukocki
- 14:00 – 15:00   Zmiany w przepisach gry w piłkę ręczną i ich  
                  interpretacja - Mirosław Majchrowski - KS PWZPR
- 15:00           Zakończenie konsultacji trenerów

.....  
Adres: 80-213 Gdańsk al. Zwycięstwa 51 e-mail: [gdansk@zprp.org.pl](mailto:gdansk@zprp.org.pl) [www.pomorskiwzpr.pl](http://www.pomorskiwzpr.pl)

konto: Bank Millennium o/Gdańsk 48 1160 2202 0000 0000 8509 2705

---