

JOI 02.06.2016

10.30-14.00	Inscriere/Depunerea dosarelor	
14.00-14.15	Deschiderea cursului	
14.15-15.00	Microciclul de pregatire in perioada competitionala	Silvia Teodorescu
15.00-15.10	Pauza	
15.10-16.00	ROAH	M.Bocan
16.00-16.10	Pauza	
16.10-17.00	Apararea agresiva fara fault	Aihan Omer
17.00-17.10	Pauza	
17.10-18.00	Atacul apararii 6:0 zona	K. Feldmann
18.00-18.10	Pauza	
18.10-19.00	Flexibilitatea in aparare, o evolutie	P. Landure

VINERI 03.06.2016

09.00-09.50	Antrenamentul indemanarii generale si contrat.	K.Feldmann
10.00-10.50	Cooperarea in 2/2, 3/3	P. Landure
10.50-11.00	Pauza	
11.00-11.50	Time-out-ul	K. Feldmann/P. Landure
	Sala Apollo	
15.00-15.50	Atacul apararii 6:0 zona	K. Feldmann
15.50-16.00	Pauza	
16.00-16.50	Portarul	S. Toacsen
16.50-17.00	Pauza	
17.00-17.50	Antrenamentul indemanarii generale si contrat.	K.Feldmann
17.50-18.00	Pauza	
18.00-19.00	Apararea agresiva fara fault	Aihan Omer

SAMBATA 04.06.2016

09.00-09.50	Silvia Teodorescu	Efort
09.50-10.00	Pauza	
10.00-10.50	Aspecte psihologice ale comunicarii cu sportivii in situatii de joc	Flori Tonita
10.50-11.00	Pauza	
11.00-11.50	Pliometrie/Preg.fizica/Refacere	Al. Acsinte
	Sala CSS 6	
15.00-15.50	Pregatire fizica in perioada competitionala	Adi Vasile
15.50-16.00	Pauza	
16.00-16.50	Perfectionarea capacitatilor de adaptare a at.	P. Landure
16.50-17.00	Pauza	

17.00-17.50	Pliometrie/Preg.fizica/Refacere	Al. Acsinte
17.50-18.00	Pauza	
18.00-19.00	Preluarea initiativei in aparare	P. Landure

DUMINICA 05.06.2016

09.00-09.50	Antidoping	
09.50-10.00	Pauza	
10.00-10.50	CNFPA	
10.50-11.00	Pauza	
11.00-11.50	Arbitraj	Vasile Pavel
11.50-12.00	Pauza	
12.00	EXAMENUL SCRIS	