

TEMATICĂ ȘI PROGRAM
CURS DE PERFECTIONARE ANTRENORI LUPTE
04-05.07.2019

Loc de desfasurare: Constanța, Limanu-2 Mai

04.07.2019

13.00

Inscrierea participanților și distribuirea materialelor

13.30

Deschiderea oficiala a cursului și prezentarea temelor

Razvan Pircălabu – Președinte, Federația Română de Lupte

Raport activitate Federatia Romana de Lupte in anul 2019

Alin Grigore – Secretar General, Federația Română de Lupte

14.00

Principiile specializării aprofundate a pregătirii și orientării spre înalta performanță

Baciu Victor– Presedinte, Colegiul Antrenorilor

14.30

Criterii de evaluare a procedeeleor tehnice, atac-contraatac, lupte libere, lupte feminine și lupte greco-romane

Criterii de departajare în sistemul nordic

Cimpoeru Marius – Arbitru Internațional categorie IS, Colegiul Central al Arbitrilor, Federația Română de Lupte

15.00

Aspecte privind parametrii efortului fizic în cadrul metodelor de antrenament

Conf. Univ. Dr. Urzeală Alina, Universitatea Națională de Educație Fizică și Sport București

16.00

Implementarea strategiilor de marketing și comunicare pentru Federația Română de Lupte

Daniela Iordăchescu – Director media și Comunicare, Federația Română de Lupte

05.07.2019

11.00

Reglementări generale și operațiuni specifice în activitatea Comisiei de
Competiții

**Dima Constantin – Președinte Comisia de Competiții, Federația Română de
Lupte**

11.30

Terapie percutiva – activare, reactivare și refacere musculară – dispozitiv
revoluționar Theragun

Radu Crețu – Specialist Medical Sport Solutions

12.00

Actualizarea regulamentului de concurs Lupte pe plajă – prezentare generală
Berbec Marian – Director tehnic, Federația Română de Lupte

12.30

Actualizarea regulamentului de concurs Lupte pe plajă – sistem de împerechere și
acordarea punctajului în competiție

**Celestin Pavelescu, Arbitru Internațional categorie IS, Colegiul Central al
Arbitrilor, Federația Română de Lupte**

COFFEE BRAKE

13.30

Antrenorul – comportament adecvat în antrenament și competiție

Toarcă Petru – Lector Federația Internațională, United World Wrestling

14.00

Principalele reglementări anti-doping prin prisma legislației naționale și
internaționale

Andreiașu Gabriela – Director General Adjunct, Agenția Națională Anti-Doping

14.30

Concluzii și direcții de acționare

Razvan Pircălabu – Președinte, Federația Română de Lupte

Grigore Alin – Secretar General, Federația Română de Lupte

Înmânarea Certificatelor de Participare

15.00 Ședința Tehnică