

**Harmonogram konferencja licencyjna nr 3 (panel rugby 15) , 10.03.2019 Warszawa**

Zajęcia teoretyczne: sala konferencyjna nr 35, teren AWF Warszawa , budynek 36 (vis a vis wejścia do budynku biura PZR), I piętro.

Zajęcia praktyczne odbywać się będą na zewnątrz (część boiska trawiastego naturalnego na terenie AWF)

**Godzina 9.45** – przyjazd uczestników.

**Godzina 10.00 – 11.00** – zajęcia teoretyczne sala wykładowa

Informacje organizacyjne,

Planowanie, realizacja, monitoring procesu przygotowania zawodnika rugby na przykładzie KNM U20/U18 - Jacek Zalejczak.

**11:00 - 11:30** – zajęcia teoretyczne sala wykładowa

Planowanie sesji treningowych w zakresie otrzymania korzyści - Christian Hitt

**Godzina 11.30-11.45** – przerwa kawowa

**11:45 - 13:00** – zajęcia praktyczne na zewnątrz

Konstruowanie gry ofensywnej - Duaine Lindsay

**13.00 - 13:45** – Obiad

**13:45 - 14:30** - zajęcia praktyczne na zewnątrz

Obrona w rugby 15 - Christian Hitt

**14:30 - 15:15** - zajęcia praktyczne na zewnątrz

Przegrupowania w rugby 15 - Christian Hitt

**15:15 - 16:00** - zajęcia teoretyczne sala wykładowa

Specjalistyczne przygotowanie motoryczne zawodnika do rugby 15 – Paweł Stempel

**Uczestnicy powinni posiadać przybory do pisania, ubiór do zajęć praktycznych na zewnątrz na powierzchni trawiastej naturalnej (w przypadku niekorzystnej pogody zajęcia praktyczne będą realizowane na sali do sztuk walki).**