

T.C.
GENÇLİK VE SPOR BAKANLIĞI

Kurs Bilgileri

Kurs Adı	:	MANİSA JUDO 3. KADEME KIDEMLİ ANTRENÖR YETİŞTİRME KURSU			
Başlangıç Tarihi	:	06.10.2021	Bitiş Tarihi	:	18.10.2021

Ders Programı

Ders Günü	Ders Saati - Adı
06.10.2021	08:45 / 12:45 - ANTRENMAN BİLGİSİ VE GENEL İLKELERİ 12:45 / 13:45 - ÖĞLE ARASI 13:45 / 17:45 - ANTRENMAN BİLGİSİ VE GENEL İLKELERİ
07.10.2021	08:45 / 10:45 - ANTRENMAN BİLGİSİ VE GENEL İLKELERİ 10:45 / 12:45 - ANTRENMAN PLANLANMASI VE PROGRAMLANMASI(PERİYOTLAMA) 12:45 / 13:45 - ÖĞLE ARASI 13:45 / 17:45 - ANTRENMAN PLANLANMASI VE PROGRAMLANMASI(PERİYOTLAMA) 18:00 / 20:00 - ANTRENMAN PLANLANMASI VE PROGRAMLANMASI(PERİYOTLAMA)
08.10.2021	08:45 / 10:45 - ANTRENMAN PLANLANMASI VE PROGRAMLANMASI(PERİYOTLAMA) 10:45 / 12:45 - GENEL KONDİSYON ANTRENMANLARI 12:45 / 13:45 - ÖĞLE ARASI 13:45 / 17:45 - GENEL KONDİSYON ANTRENMANLARI 18:00 / 20:00 - GENEL KONDİSYON ANTRENMANLARI
09.10.2021	08:45 / 10:45 - GENEL KONDİSYON ANTRENMANLARI 10:45 / 12:45 - JUDO ANTRENMAN SİSTEMLERİ 12:45 / 13:45 - ÖĞLE ARASI 13:45 / 17:45 - JUDO ANTRENMAN SİSTEMLERİ 18:00 / 20:00 - JUDO ANTRENMAN SİSTEMLERİ
10.10.2021	08:45 / 12:45 - JUDO BRANŞINA ÖZGÜ KONDİSYON ANTRENMANLARI 12:45 / 13:45 - ÖĞLE ARASI 13:45 / 17:45 - JUDO BRANŞINA ÖZGÜ KONDİSYON ANTRENMANLARI
11.10.2021	08:45 / 10:45 - JUDO BRANŞINA ÖZGÜ KONDİSYON ANTRENMANLARI 10:45 / 12:45 - JUDODA GÜVENLİK VE İLK YARDIM 12:45 / 13:45 - ÖĞLE ARASI
13.10.2021	12:45 / 13:45 - ÖĞLE ARASI 15:45 / 17:45 - JUDO TEKNİK SINIFLANDIRMASI
14.10.2021	08:45 / 12:45 - JUDO TEKNİK SINIFLANDIRMASI 12:45 / 13:45 - ÖĞLE ARASI 13:45 / 17:45 - JUDO TEKNİK SINIFLANDIRMASI
15.10.2021	08:45 / 12:45 - JUDO TEKNİK SINIFLANDIRMASI 12:45 / 13:45 - ÖĞLE ARASI 13:45 / 15:45 - JUDO TEKNİK SINIFLANDIRMASI 16:00 / 18:00 - OYUN KURALLARI 18:00 / 20:00 - MÜSABAKA ANALİZİ VE İSTATİSTİK
16.10.2021	08:45 / 12:45 - KATA EĞİTİMİ 12:45 / 13:45 - ÖĞLE ARASI 13:45 / 17:45 - KATA EĞİTİMİ 18:00 / 20:00 - MÜSABAKA ANALİZİ VE İSTATİSTİK