

TÜRKİYE ORYANTİRING FEDERASYONU
ANTRENÖR VİZE VE GELİŞİM SEMİNERİ PROGRAMI

5 OCAK 2019 CUMARTESİ		
09:00 - 09:15	AÇILIŞ	
09:15 - 10:00	SPORDA ERGOJENİK DESTEK	Dr. Öğr. Üyesi Aydan ÖRSÇELİK
10:00 - 10:15	ARA	
10:15 - 11:00	SPORDA ERGOJENİK DESTEK	Dr. Öğr. Üyesi Aydan ÖRSÇELİK
11:00 - 11:15	ARA	
11:15 - 12:00	DOPİNGLE MÜCADELE KURALLARI VE YASAKLILAR LİSTESİ ULUSLARARASI STANDARDI	Dr. Öğr. Üyesi Aydan ÖRSÇELİK
12:00 - 13:30	YEMEK ARASI	
13:30 - 14:15	SPOR PSİKOLOJİSİ (Antrenör ve Sporcu İletişimi)	Alper AKYOL
14:15 - 14:30	ARA	
14:30 - 15:15	SPOR PSİKOLOJİSİ (Antrenör ve Sporcu İletişimi)	Alper AKYOL
15:15 - 15:30	ARA	
15:30 - 16:15	OCAD PROGRAM KULLANIMI	Yüksel KÖSEM
16:15 - 16:30	ARA	
16:30 - 17:15	PARKUR HAZIRLAMA TEKNİKLERİ	Yüksel KÖSEM
17:15 - 17:30	ARA	
17:30 - 18:15	ORİGO KULLANIMI VE YARIŞ KAYIT, SORU CEVAP	Günel SUNGUR- Eren YILDIRIM
18:15 - 20:30	AKŞAM YEMEĞİ	
20:30 - 21:30	ROUTE GADGET (ROTA ÇİZ) - KAREKOD	Erdi ARSLAN

6 OCAK 2019 PAZAR		
09:15 - 10:00	GENEL ANTRENMAN BİLGİSİ	Prof. Dr. Ömer ŞENEL
10:00 - 10:15	ARA	
10:15 - 11:00	GENEL ANTRENMAN BİLGİSİ	Prof. Dr. Ömer ŞENEL
11:00 - 11:15	ARA	
11:15 - 12:00	GENEL ANTRENMAN BİLGİSİ	Prof. Dr. Ömer ŞENEL
12:00 - 12:15	KAPANIŞ	

NOT: Cumartesi sabahı otele giriş yapan katılımcılar 350 TL,

Konaklama yapmayıp seminere katılan katılımcılar 300 TL,

Ayrıca; eş ve çocuklarıyla konaklama yapmak isteyen katılımcıların, federasyonumuz ofisi ile iletişime geçmeleri halinde yardımcı olunacaktır.