



Η αντίστροφη μέτρηση για το νέο δυνατό διαδικτυακό σεμινάριο που διοργανώνει ο **ΣΕΠΚ** σε συνεργασία με την Scienceweb έφτασε στο τέλος της. Σήμερα (

8/12

) στις

19.00

όσοι ενδιαφέρονται να εμπλουτίσουν τις γνώσεις τους πάνω στον νευραλγικό τομέα του σουτ συντονίζονται για να παρακολουθήσουν την ομιλία και το πλούσιο ασκησιολόγιο που θα παρουσιάσει ο 2 φορές πρωταθλητής Ελλάδος στις γυναίκες και 4 φορές Κυπελλούχος στο γυναικείο μπάσκετ,

Αλέκος Δάγλας

Στο σύγχρονο μπάσκετ το σουτ αποτελεί μία από τις κυριότερες επιθετικές εκφράσεις. Όλες οι ομάδες που θέλουν να δουλεύουν σε υψηλό επίπεδο δίνουν εξαιρετική βαρύτητα στο σουτ αλλά και στην αποτελεσματικότητα των παικτών τους. Το νέο Webinar που διοργανώνει ο ΣΕΠΚ επικεντρώνεται σε αυτό το κομμάτι και δίνει τη δυνατότητα σε όλους τους Έλληνες προπονητές να παρακολουθήσουν από την άνεση του σπιτιού τους ένα εξαιρετικά ενδιαφέρον Σεμινάριο και να συζητήσουν τις όποιες ερωτήσεις τους.

Ο **Αλέκος Δάγλας**, ο οποίος βρίσκεται στην τεχνική ηγεσία της γυναικείας ομάδας του Πρωτέα Βούλας, θα αναφερθεί στις "*εφαρμοσμένες ασκήσεις για σουτ*". Αναλυτικότερα ο έμπειρος τεχνικός θα παρουσιάσει συνδυαστικές ασκήσεις σουτ μέσα από τακτικές συνεργασίες, συναγωνιστικές ασκήσεις ως μέσο βελτιστοποίησης της προπόνησης, την εισαγωγή του σουτ στην ημερήσια προπόνηση και την μείζονα σημασία του σουτ στο χτίσιμο της ομάδας. Μετά το τέλος του Σεμιναρίου ο κόουτς Δάγλας θα απαντήσει σε ερωτήσεις των συμμετεχόντων.

Εγγραφές και περαιτέρω πληροφορίες μπορείτε να βρείτε [ΕΔΩ](#)