



Στο Ηράκλειο Κρήτης θα πραγματοποιηθεί το πρώτο Τοπικό Σεμινάριο για το 2020. Ο ΣΕΠΚ σε συνεργασία με την ΕΚΑΣΚ, τον ΕΣΑΚΕ και τον ΠΣΑΚ διοργανώνουν το "Ηράκλειο 2020" δίνοντας την ευκαιρία στους προπονητές να εμπλουτίσουν τις γνώσεις τους και να πάρουν νέες ιδέες πάνω σε διαφορετικά κομμάτια του παιχνιδιού.

Την Παρασκευή 7 και το Σάββατο 8 Φεβρουαρίου, ομιλητές θα είναι οι Βαγγέλης Ζιάγκος, Γιώργος Βόβορας, Δημήτρης Κουστίνης, Γιάννης Κτιστάκης, Σταύρος Νανάκος και Χρήστος Μαυραγάκης.

Αξίζει να σημειωθεί πως η συμμετοχή των προπονητών στο Σεμινάριο είναι ελεύθερη.

Το πρόγραμμα του Σεμιναρίου

Παρασκευή 7 Φεβρουαρίου

(16:00) Εγγραφές

(17:00 - 18:00) Σταύρος Νανάκος - Fast Break & Transition Game

(18:15 - 19:15) Χρήστος Μαυραγάκης - Ενδυνάμωση στο γήπεδο, ευκινησία και footwork

(19:30 - 20:30) Βαγγέλης Ζιάγκος - Transition plays, τάσεις και προτάσεις για όλες τις θέσεις

Σάββατο 8 Φεβρουαρίου

(09:30 - 10:30) Δημήτρης Κουστένης - Αντιμετώπιση των off ball screen

(10:45 - 11:45) Γιάννης Κτιστάκης - Άμυνα στο low post με παγίδες

(12:00 - 13:00) Γιώργος Βόβορας - Offense special situations