



Όλα είναι έτοιμα για το διαδικτυακό σεμινάριο που διοργανώνει ο ΣΕΠΚ και η Scienceweb (www.scienceweb.gr), σχετικά με την ανάπτυξη της ειδικής φυσικής κατάστασης των παικτών. Πρόκειται για μια πολύ καλή ευκαιρία που έχουν οι προπονητές να ενημερωθούν για θέματα που αφορούν τον σχεδιασμό της προπόνησης στην προαγωνιστική περίοδο.

Ειδικά οι προπονητές που δεν έχουν τη δυνατότητα να συνεργαστούν με γυμναστή στο κομμάτι της φυσικής κατάστασης, της ενδυνάμωσης και της αθλητικής βελτίωσης, μπορούν να παρακολουθήσουν το διαδικτυακό σεμινάριο και να καταγράψουν πολύ σημαντικές λεπτομέρειες για το κομμάτι της προετοιμασίας.

Ομιλητές θα είναι ο Κώστας Χατζηχρήστος (γυμναστής σε ομάδες όπως ο Ολυμπιακός και ο Πανιώνιος), ο Λέκτορας Προπονητικής Θανάσης Χατζηνικολάου και ο Λέκτορας Αλμάτων Απόστολος Θεοδώρου.

Το Διαδικτυακό σεμινάριο θα προβληθεί στις 30 Ιουλίου (Τρίτη) από τις 20.00 ως τις 22.00.