



Μία εβδομάδα έμεινε για το Διεθνές Σεμινάριο του ΣΕΠΚ, "Αθήνα 2019". Όπως έχει ανακοινωθεί ήδη ανακοινωθεί, στις 11 και 12 Ιουλίου στο κλειστό των Μελισσίων, το "παρών" θα δώσουν ως ομιλητές οι Ζέλιμιρ Ομπράντοβιτς, Δημήτρης Ιτούδης, Γιάννης Χριστόπουλος, Ανδρέας Πιστιόλης και Κώστας Χατζηχρήστος.

Τις δύο ημέρες του Σεμιναρίου, από τις 14:00 έως τις 20:00 θα πραγματοποιούνται οι εγγραφές για το Σεμινάριο, με τις ομιλίες να ξεκινούν στις 16:30 και να ολοκληρώνονται στις 21:00.

Αναλυτικά το πρόγραμμα των ομιλιών και των θεμάτων του "Αθήνα 2019":

### **Πέμπτη 11 Ιουλίου**

(16:30 - 17:30) Κώστας Χατζηχρήστος: Τεχνικές προθέρμανσης, πώς ετοιμάζεται μία ομάδα για την προπόνηση

(17:45 - 19:15) Δημήτρης Ιτούδης: Offensive transition

(19:30 - 21:00) Ζέλιμιρ Ομπράντοβιτς: Συστήματα μετά από τάιμ άουτ

### **Παρασκευή 12 Ιουλίου**

(16:30 - 17:45) Γιάννης Χριστόπουλος: Η χρησιμοποίηση των ατομικών αμυντικών

ικανοτήτων στη δομή και τη λειτουργία της ομαδικής αμυντικής τακτικής

(18:00 - 19:30) Ανδρέας Πιστιόλης: Η άμυνα στο picknroll

(19:45 - 21:00) Δημήτρης Ιτούδης: Η διαχείριση της κρίσης στη διάρκεια μιας απαιτητικής σεζόν