

**ΤΟΠΙΚΟ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ «ΚΑΡΔΙΤΣΑ 2019»**

**ΓΗΠΕΔΟ:** □□□ □□□□□□□□□□ **ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ  
ΠΑΛΑΜΑ**

**ΗΜΕΡ/ΝΙΑ:**□□□□□□□□□□□□□□ **31/5 & 01/06/2019**□□□□

**ΟΜΙΛΗΤΕΣ: ΜΙΣΣΑΣ ΚΩΣΤΑΣ, ΠΑΠΑΘΕΟΔΩΡΟΥ  
ΗΛΙΑΣ, ΞΟΥΡΙΔΑΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ**

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ - ΘΕΜΑΤΑ**

□□□□□□□□□□

**Παρασκευή, 31/05/2019**

**17:00 - 18:00 ΞΟΥΡΙΔΑΣ - Ανάλυση της αξίας κατοχής της μπάλας**

**18:15 - 19:15 ΠΑΠΑΘΕΟΔΩΡΟΥ - Άμυνα στο Low post (είδη παγίδας)**

**19:30 - 20:30 ΜΙΣΣΑΣ - Early offense**□□□□□□□□□□

□

**Σάββατο, 01/06/2019**

**09:30 - 10:30 ΞΟΥΡΙΔΑΣ - Motion Offense για αναπτυξιακές ηλικίες**

**10:45 - 11:45 ΠΑΠΑΘΕΟΔΩΡΟΥ - Ανάπτυξη ομαδικής επίθεσης από το low post**

**12:00 - 13:00 ΜΙΣΣΑΣ - Basic principles of mtm defense**□□□□□□□□□□

**Η ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΩΝ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΣΤΟ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΕΙΝΑΙ ΕΛΕΥΘΕΡΗ**