

Struktuurifondide meede "Õppijakeskse ja uuendusmeelse kutsehariduse arendamine ning elukestva õppe võimaluste laiendamine".
Eesti Olümpiakomitee projekt „Kehalise kasvatusõpetajate ja treenerite täiendkoolituse süsteemi arendamine ülikoolides“



Euroopa Liit
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti tuleviku heaks



Eesti Kergejõustikuliit

Kergejõustikutreenerite II taseme koolitus

I	Reede	11:00-12:30	Ants Nurmekivi	Liigutuslike võimete arendamine kergejõustikutreeningul	2	loeng
	28.okt	12:45-14:15	Ants Nurmekivi	Lihaselastuse ja -jõu kooskõlastatud arendamine	2	loeng
		15:00-16:30	Martin Kutman	Lihaskõhustuse ja -elastsuse kooskõlastatud arendamine	2	praktiline näidistreening
		16:50-17:35	Tiina Torop	Laste mitmekülgsest arendamisest	1	loeng
		17:45-19:15	Tiina Torop	Üldkehalise ettevalmistuse harjutusvarast	2	praktiline näidistreening
	Laupäev	9:00-10:30	Taavi Truija	Osavuse ja koordinatsiooni arendamine	2	loeng/ praktiline näidistreening
	29.okt	10:45-12:15	Taavi Truija	Osavuse ja koordinatsiooni arendamine	2	praktiline näidistreening
		13:00-14:30	Taavi Truija	Lihaselastunnetuse õpetamine ja akrobaatikaharjutusi kergejõustiklastele	2	praktiline näidistreening
		14:45-16:15	Martin Kutman	Erinevate kergejõustikualade tehnika põhialused	2	loeng
II	Reede	11:00-12:30	Peeter Randaru	Võistlusmäärustest ja ohutustehnikast treenerile	2	loeng
	18.nov	12:45-14:15	Tiina Torop	Kiirjooksu tehnika õpetamine	2	praktiline näidistreening
		15:00-16:30	Tiina Torop	Tõkkejooksu tehnika õpetamine	2	praktiline näidistreening
		16:45-18:15	Valter Espe	Teatejooksu õpetamine	2	praktiline näidistreening
	Laupäev	9:00-10:30	Harry Lemberg	Vastupidavuse arendamine noorteklassis	2	loeng
	19.nov	10:45-12:15	Harry Lemberg	Juhiseid harrastusjooksja iseseisvaks treeninguks ja enesekontrolliks	2	loeng
		13:00-14:30	Taivo Mägi	Vastupidavuse treening	2	praktiline näidistreening
		14:45-16:15	Leonhard Soom	Laste treeningtunni planeerimisest	2	loeng + rühmatöö
III	Reede					
	25.nov	11:00-13:15	Tiina Torop	Kaugushüppe ja kolmikhüppe õpetamine	3	praktiline näidistreening
		13:45-15:15	Martin Kutman	Kõrgushüppe õpetamine	2	praktiline näidistreening
		16:00-17:30	Heiko Vää	Palliviske õpetamine	2	praktiline näidistreening
		17:45-19:15	Heiko Vää	Odaviske õpetamine	2	praktiline näidistreening
	Laupäev	9:00-10:30	Hendrik Lindepuu	Teivashüppe õpetamine	2	praktiline näidistreening
	26.nov	10:45-12:15	Enn Roosi	Kuulitõuke õpetamine	2	praktiline näidistreening
		13:00-14:30	Enn Roosi	Kettaheite õpetamine	2	praktiline näidistreening
		14:45-16:15	Toivo Ruut	Vasaraheite õpetamine	2	praktiline näidistreening
		16:20-17:00		Kursuse lõpetamine		