

REGIONAL COACHES' SEMINAR | ΕΟΚ 2023-24

U18

ΣΕ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ
ΕΚΑΣΚΕΝΟΠ
ΕΣΚΑΚ
ΕΣΚΑΗ

ΤΡΙΠΟΛΗ

Κλειστό Γυμναστήριο ΔΑΚ Τρίπολης

Δευτέρα, 19 Φεβρουαρίου 2024

Ώρα έναρξης 16:00 / Ώρα λήξης 20:00

Θεματικές ενότητες

1. Εισαγωγή από τον επικεφαλής του προγράμματος Ανάπτυξης της ΕΟΚ
2. Γενικές κατευθύνσεις
3. Αθλητική διατροφή ανά ηλικία ασκουμένου
4. Mini Basket
5. Φυσική κατάσταση και ενδυνάμωση U12/U14
6. Τεχνικές κατευθύνσεις U14/U16/U18
7. Αποκατάσταση

Η προεγγραφή είναι απαραίτητη έως το Σάββατο 17.02.2024 ηλεκτρονικά στο:

<https://form.jotform.com/dsverk/regional-coaches-seminar2024>



**HEALTHY
HOOPS4ALL**



HELLAS BASKETBALL
YOUTH DEVELOPMENT