



---

Łódź, dnia 4 listopada 2011 r.

### **PROGRAM KURSOKONFERENCJI**

godz. 9.00

Powitanie, sprawy organizacyjne – Prezes ŁZPN Edward Potok

godz. 9.15

Wykorzystanie progu psychomotorycznego zmęczenia w czasie treningu i meczu – prof.

Jan Chmura

godz. 10.45

Gra 1x1 we współczesnej piłce nożnej (bronienie, atakowanie) – trener reprezentacji Polski U-21 Stefan Majewski

godz. 12.15

Przerwa

godz. 12.45

Doskonalenie uderzeń i przyjęć piłki, kształtowanie koordynacji ruchowej z piłką – Paweł Grycmann AWF Katowice II trener reprezentacji Polski r. 1997

godz. 14.15

Medycyna sportowa

Program FIFA Eleven Plus (ćwiczenia zapobiegające urazom) – Przewodniczący Komisji Medycznej PZPN Marek Krochmalski

godz. 15.45

Spotkanie uczestników kursokonferencji w kawiarni na obiekcie SMS

Wystąpienie Prezesa ŁZPN Edwarda Potoka

Opłatek – kapelan łódzkiego sportu ks. Paweł Miziołek

---

**Łódzki Związek Piłki Nożnej**

90-408 Łódź

ul. Próchnika 5

NIP: 725 14 41 484

[www.lzpn.org](http://www.lzpn.org)

28 11 60 22 02 0000 0001 0881 0729

**Sekretariat**

tel: 42 639-78-05

tel: 42 639-78-70

fax: 42 634-87-99

e-mail: [lodzki@zpn.pl](mailto:lodzki@zpn.pl)

**Dyrektor biura:**

tel: +48 42 634 87 98

**Wydział Gier i Ewidencji**

tel/fax: +48 42 634 87 96

e-mail: [wgie@lzpn.org](mailto:wgie@lzpn.org)

**Wydział Szkolenia:**

tel: +48 42 639 78 70