



URNIK

Licenčnega seminarja za strokovne delavce v cheerleadingu in cheer plesu

Ljubljana, 20.10.2018 – 21.10.2018

Cheerleading in Cheer ples skupaj

Datum	Ura	Št. ur	Predmet	Predavatelj	Prostor
Sobota, 20.10.2018	09.30 – 11.00	2	Psihologija športa: Priprava na velika tekmovanja, motiviranje mladostnikov – praktična delavnica	Tina Jeromen	
	11.00 – 11.15		Odmor		
	11.15 – 12.45	2	Psihologija športa: Mentalne blokade & Dobre trenerske sposobnosti – praktična delavnica	Tina Jeromen	
Nedelja, 21.10.2018	09.30 – 11.00	2	Delo po poškodbi – praktična delavnica	Anže Zdolšek	
	11.00 – 11.15		Odmor		
	11.15 – 12.00	1	Pravilnik za novo mini kategorijo – praktična delavnica	Irena Petan	



Cheerleading

Datum	Ura	Št. ur	Predmet	Predavatelj	Prostor
Sobota, 20.10.2018	12.45 – 14.00		Odmor za kosilo		
	14.00 – 14.45	1	Osnove Cheer poma – praktična delavnica	Katarina Cafnik	
	14.45 – 15.00		Odmor		
	15.00 – 16.30	2	Gimnastika/Prehrana (tudi za tekmovalce) – praktična delavnica	Ana Janko	
	16.30 – 16.45		Odmor		
	16.45 – 18.15	2	Gimnastika/Prehrana (tudi za tekmovalce) – praktična delavnica	Urška Bukovnik	
Nedelja, 21.10.2018	12:00 – 12:45	1	Tekmovalni pravilnik – praktična delavnica	Maša Rogelj	
	12.45 – 14.00		Odmor za kosilo		
	14.00 – 14.45	1	Kondicijska priprava (tudi za tekmovalce) – praktična delavnica.	Ana Janko	
	14.45 – 15.00		Odmor		
	15:00 – 18.45	5	Dvigi, piramide in meti (tudi za tekmovalce) – praktična delavnica	Matevž Remškar	

Cheer ples

Datum	Ura	Št. ur	Predmet	Predavatelj	Prostor
Sobota, 20.10.2018	12.45 – 13.00		Odmor		
	13.00 – 13.45	1	Cheerleading za plesalke – praktična delavnica	Matevž Remškar Ida Grom	
	13.45 – 15.00		Odmor za kosilo		
	15.00 – 16.30	2	Gimnastika/Prehrana (tudi za tekmovalce) – praktična delavnica	Ana Janko	
	16.30 – 16.45		Odmor		
	16.45 – 18.15	2	Gimnastika/Prehrana (tudi za tekmovalce) – praktična delavnica	Urška Bukovnik	
Nedelja, 21.10.2018	12:00 – 12:45	1	Kako berem sodniški list? – praktična delavnica	Irena Petan	
	12.45 – 14.00		Odmor za kosilo		
	14.00 – 15.30	2	Balet – praktična delavnica	Tina Juhant	
	15.30 – 15.45		Odmor		
	15.45 – 17.15	2	Giblјivost (tudi za tekmovalce) – praktična delavnica	Tina Leskovec	
	17.15. – 17.30		Odmor		
	17.30 – 18.15	1	Formacije in tranzicije – praktična delavnica	Sausan Julević	