

**Program zgrupowania szkoleniowego Kadra FTS-Polska**  
**Elbląg, 2-5.07.2015**  
**Miejsce: Centrum Spotkań Europejskich Światowid, Plac Jagiellończyka 1**

**Styl latynoamerykański**  
**2-4.07.2015 r.**

**02.07.2015 (czwartek)**

- 14:30** Rejestracja uczestników i wprowadzenie do szkolenia
- 15:30** Rozgrzewka, gimnastyka
- 17:00** Szkolenie - Beata Koprowska-Grzejszczak
- 18:15** Szkolenie - Beata Koprowska-Grzejszczak
- 19:00-19:30** Przerwa
- 19:30** Szkolenie - Atis Legzdins
- 20:15** Szkolenie - Atis Legzdins
- 21:00** Practice

**03.07.2015 (piątek)**

- 09:30** Rozgrzewka
- 10:30** Szkolenie - Atis Legzdins
- 11:15** Szkolenie - Atis Legzdins
- 12:00-12:15** Przerwa
- 12:15** Szkolenie - Beata Koprowska-Grzejszczak
- 13:00** Spotkanie z lekarzem sportowym
- 13:45** Umiejętność radzenia sobie ze stresem w sporcie - spotkanie z psychologiem sportowym
- 14:30-15:30** Przerwa obiadowa
- 15:30** Szkolenie - Arkadiusz Pavlovic
- 16:15** Szkolenie - Arkadiusz Pavlovic
- 17:00-17:15** Przerwa
- 17:15** Szkolenie - Atis Legzdins
- 18:00** Szkolenie - Atis Legzdins
- 19:00** Practice
- NEW! 20:00** Spotkanie z fizjoterapeutą

**04.07.2015 (sobota)**

- 08:30** Szkolenie - Atis Legzdins
- 09:15** Szkolenie - Atis Legzdins
- 9:45-11:30** Przerwa
- 11:30** Szkolenie - Arkadiusz Pavlovic
- 12:15** Szkolenie - Arkadiusz Pavlovic
- 13:00** Zakończenie zgrupowania, podsumowanie