



**MIKASA**

NATIONAL COMPETITION  
**PRO MODEL**

# DAN ODBOJKE

Športna dvorana Logatec

12.09. 2015

Tretje leto v Logatcu, dne 12.09.2015, organiziramo "DAN ODBOJKE". Želimo privabiti čim večje število otrok k zdravemu načinu življenja. Otrokom želimo predstaviti psihološke in delovne navade, ki jim bodo zagotovo olajšale življenjsko pot.

## PROGRAM SEMINARJA:

- 09:30 – PREDAVANJE I (MALA ODBOJKA, STAREJŠE DEKLICE/DEČKI, KADETINJE/KADETI)**  
*Na predavanju za začetnike boste slišali:*
  - Nadarjenost za odbojko
  - Jasni cilji v športu
  - Uporaba lastnih ciljev za motiviranje samega sebe
- 11:00 - PREDSTAVITEV ŠPORTNE OPREME**
- 12:00 - PREDAVANJE II (KADETINJE/KADETI, MLADINKE/MLADINCI, ČLANI/ČLANICE)**  
*Na predavanju za izkušene igralce boste slišali:*
  - Koncentracija skozi celotno tekmo
  - Igranje proti slabšim in boljšim nasprotnikom na najvišjem nivoju
  - Vrnitev v igro po slabo začeti tekmi
  - Uporaba in krepitev psihične moči
- 13:30 - PREDSTAVITEV NAPRAVE ZA NAPADALNI UDAREC**
- 14:00 - TURNIR DEKLET (MLADINKE/KADETINJE)**
- 16:00 - PREDAVANJE III (TRENERJI)**  
*Na predavanju za trenerje boste slišali:*
  - Motivacija igralcev s spodbudnimi besedami
  - Ravnanje s težkimi osebnostmi

Vsako predavanje traja 90 minut. Med samimi predavanji se bodo izvajale tudi praktične vaje.

- 19:30 - PRIJATELJSKA TEKMA ČLANOV**

V programu so tudi:

**SREČELOV**  
**HRANA IN PIJAČA**  
**POLIGONI ZA NAJMLAJŠE** (na atletskem stadionu)

Lepo vabljeni na celodnevni DAN ODBOJKE, ki ga organizira OK LOGATEC ter na nepozabno predavanje vrhunškega nekdanjega odbojkarja Andrije Gerića. Bodite del kvalitetnih zgodb in ponudite sebi in vašim otrokom nova znanja!

Lep športni pozdrav!  
OK LOGATEC  
Slovenija

Za vse informacije se obrnite na: **041 483 571, matej.lapajne@gmail.com**.

S ponosom vam tokrat predstavljamo predavatelja  
in vrhunškega igralca Andrijo Gerića!

