



TÜRKİYE CURLING FEDERASYONU

CURLING .KADEME TEMEL ANTRENÖR KURSU DERS PROGRAMI (22-26 HAZİRAN 2024 ERZURUM)

TARİH	SAAT	DERSİN ADI	TOPLAM DERS SAATİ
22.06.2024	08.30 - 17.30	Spor Dalı Teknik Taktik	16 Saat
23.06.2024	08.30 - 17.30		
24.06.2024	08.30 - 12.30	Üst Düzey Antrenman Planlaması ve Programlaması	4 Saat
24.06.2024	08.30 - 17.30	Müsabaka Yönetimi ve İlkeleri	4 Saat
25.06.2024	08.30 - 12.30	Kondisyon Antrenmanları ve Metodları	4 Saat
25.06.2024	13.30 - 17.30	Özel Antrenman Bilgisi	8 Saat
26.06.2024	08.30 - 12.30		
26.06.2024	13.30 - 15.30	Oyun Kuralları	2 Saat