

Apstiprinu: E.Andruškēvičs
Biedrība "Latvijas Svarcelšanas federācija"
valdes priekšsēdētājs
2020. gada 1. oktobrī

**Mācību - treniņu nometne un seminārs
29.10.2020.-31.10.2020., Ventspilī**

29.10.2020.

Laiks	Pasākums	Vieta
Līdz 13:00	Iebraukšana	OC "Ventspils" viesnīca
14:00 -15:30	Seminārs (teorija)	Olimpiskā centra "Ventspils" viesnīcas preses telpā
16:30 – 18:30	Praktiskā nodarbība (vada E.Andruškēvičs)	Sporta nams "Centrs" svarcelšanas zāle
19:30 – 21:00	Seminārs (teorija)	Olimpiskā centra "Ventspils" viesnīcas preses telpā

30.10.2020.

Laiks	Pasākums	Vieta
7:45 – 8:15	Rīta rosme	OC "Ventspils" stadions
9:30 – 10:30	Praktiskā nodarbība (vada E.Andruškēvičs)	Sporta nams "Centrs" svarcelšanas zāle
11:00 – 13:00	Antidopinga biroja Eksperta izglītības un informācijas jautājumos I.Šapošnikova lekcija	Olimpiskā centra "Ventspils" viesnīcas preses telpā
14:00 – 16:00	LOV fizioterapeita lekcija	Olimpiskā centra "Ventspils" viesnīcas preses telpā
16:30 – 18:30	Praktiskā nodarbība (vada E.Andruškēvičs)	Sporta nams "Centrs" svarcelšanas zāle
19:30 – 21:00	Seminārs (teorija)	Olimpiskā centra "Ventspils" viesnīcas preses telpā

31.10.2020.

Laiks	Pasākums	Vieta
7:45 – 8:15	Rīta rosme	OC "Ventspils" stadions
8:45 – 9:45	Seminārs (teorija)	Olimpiskā centra "Ventspils" viesnīcas preses telpā
10:00 – 11:30	Praktiskā nodarbība (vada E.Andruškēvičs)	Sporta nams "Centrs" svarcelšanas zāle
No 12:00	Izbraukšana	