



# 45

Središnji seminar

 EHF



# Udruge trenera

HRVATSKOG RUKOMETNOG SAVEZA

**POREČ OD 13. DO 15. SVIBNJA 2022.**

[www.uhrt.hr](http://www.uhrt.hr)

# Sportska dvorana Žatika, Poreč

## Program 45. Središnjeg seminara za trenere HRS-a i za produženje licence EHF PRO

SATNICA

DATUM / TEMA / PREDAVAČI

### Petak, 13. 5. 2022.

9:00

#### SVEČANO OTVARANJE SEMINARA

9:30-10:00

Izmjene pravila rukometne igre od 1. srpnja 2022.  
Predavač: **Boris Milošević**

10:15-11:30

Uvodno-pripremni dio treninga za mlađe dobne skupine primjenom elementarnih igara  
Predavači: **Vedran Krkač i Nenad Šoštarić**

11:45-13:15

Novi izazovi u sportu, neuroznanstveni pristup  
Predavač: **Ranko Rajović**

### Subota, 14. 5. 2022.

9:00-10:15

Prijelaz (tranzicija) iz različitih obrambenih formacija u napadačke aktivnosti  
Predavač: **Vlado Šola**

10:30-12:00

Kognitivno-motorička integracija u sportu  
Predavač: **Ranko Rajović**

12:15-13:45

Hrvatski model proaktivne obrane 5:1  
Predavači: **Lino Červar i izbornici Hrvoje Horvat, Igor Vori, Krešo Ivanković i Ivan Dragić**

### Nedjelja, 15. 5. 2022.

8:30-9:30

Tehnika i taktika branjenja udaraca sa širokih pozicija (krila i vanjski)  
Predavač: **Vlado Šola**

9:45-11:00

Trening kružnih napadača i igra sa dva kružna u napadu na zonske formacije 6:0 i 5:1  
Predavači: **Nenad Šoštarić i Vedran Krkač**

11:15-12:30

Napadačka kretanja – grupne metodičke vježbe za mlađe dobne kategorije  
Predavači: **Tino Pavić i Nikola Foretić**

12:45-13:45

Obrana udaraca s pozicija kružnih napadača  
Predavač: **Ana Križanac**

13:50

#### ZATVARANJE SEMINARA

Voditeljica seminara  
**Lidija Bojić-Čačić**

Predsjednik Udruge trenera HRS-a  
**Lino Červar**