

**LIETUVOS KULTŪRIZMO IR KŪNO RENGYBOS FEDERACIJOS
TEISĖJŲ IR TRENERIŲ SEMINARAS-MOKYMAI
2011 m. balandžio 3 d.**

Federacija rengiamame seminare kviečia dalyvauti teisėjus, teisėjus-stažuotojus, trenerius, komandų vadovus, sportininkus.

Seminaro organizatoriai – Federacijos Teisėjų kolegija ir Trenerių taryba, Vilniaus kultūrizmo ir fitnio klubų sąjunga.

Seminaras vyks Vilniuje, motelio-kavinės "Paradise", konferencijų salėje (<http://www.motelparadise.lt/>), Ukmergės g. 246 (įėjimas iš Baltrušaičio g.).

Seminaro kaina: 30 Lt

SEMINARO DARBOTVARKĖ

10.00-10.30 val. – Dalyvių registracija.

10.30-11.30 val. – Varžybų organizavimo ir teisėjavimo reglamentas. Lektorius – Federacijos Teisėjų kolegijos pirmininkas, tarptautinės kategorijos (TK) teisėjas Remigijus Bimba.

11.40-12.40 val. – Kultūrizmo, fitneso, kūno fitneso rungčių pozos ir laisvosios programos (filmuota, power point medžiaga). Naujovės kūno fitneso varžybų programoje. Sportininkų pasirodymai.
Lektorius – nacionalinės rinktinės treneris, Federacijos Trenerių tarybos pirmininkas, TK teisėjas Rinaldas Česnaitis

12.50-13.20 val. – Atletinio fitneso ir moterų bikinio rungčių pristatymas. Taisyklės, vertinimo kriterijai. Sportininkų pasirodymai.
Lektorius – Federacijos gen. sekretorius, TK teisėjas Arūnas Petraitis.

13.30-14.20 val. – Pietų pertrauka (pietus bus galima užsakyti motelio "Paradise" kavinėje).

14.20-14.50 val. – Teorinis egzaminas teisėjams-stažuotojams.

15.00-15.45 val. – Maisto papildų vartojimas rengiantis varžyboms, taip pat - išpūdžiai iš dalyvavimo Arnold Sports Festival – 2011 Kolumbuse ir mėgėjų „Olympia“ bei varžybų „Tarptautinė taurė“ Londone. Atsakymai į klausimus.
Lektorius – Lietuvos absoliutus čempionas, tarptautinių turnyrų nugalėtojas ir prizinininkas Arvydas Mickus.

15.45-16.00 val. – Seminaro aptarimas ir pažymėjimų įteikimas.

Informacija tel. 8 610 23 144 arba el.p: info@rbimba.lt

Teisėjų Kolegijos pirmininkas

Remigijus Bimba