

TRENERSKA ORGANIZACIJA TENIŠKE ZVEZE SLOVENIJE

23. TRENERSKA KONFERENCA

OBVESTILO ZA ČLANICE IN ČLANE TRENERSKA ORGANIZACIJE TENIŠKE ZVEZE SLOVENIJE (TZS)

Ljubljana, Slovenija | 17. - 18. november 2018

23. Trenerska konferenca, v organizaciji Trenerske organizacije TZS, bo v ŠC Millenium v Ljubljani in sicer 17. in 18. novembra 2018.

PROGRAM:

Glavna tema letošnje konference je: *“Dolgoročni razvoj mladega teniškega igralca”*.

RAZPORED:

Sobota, 17.11.2018		
08.00-09.00	Prijava udeležencev	
09.00-09.15	Otvoritev konference – predstavitev programa konference	Šenica Gregor
09.15-10.45	Razvojna pot Kaje Juvan	Cokan Robi
10.45-11.00	Hannes Zischka Tennis - predstavitev možnosti sodelovanja za slovenske trenerje	Bernd Ochensberger
11.00-11.30	Odmor za kavo	
11.30-13.00	Agilnost, hitrost in gibanje na teniškem igrišču (1.del)	dr. Dario Novak
13.00-14.30	Kosilo	
14.30-16.00	Najnovejši trendi v treniranju vrhunskih tenisačev, od mladincev do profesionalcev	mag. Gordan Janković
16.00-16.30	Ukinitev lestvice Tennis Slovenija u12	Marko Por
16.30-17.00	Odmor za kavo	
17.00-18.30	Aplikacija Biofeedback/Neurofeedback metode za vrhunski dosežek	dr. Duško Lepir
18.30-19.15	Športni dih za tekmovalni navdih, teorija in praksa	dr. Milan Hosta
19.30-23.00	Družabni večer v ŠC Millenium	

*19.30-20.30 Skupščina Ljubljanske teniške zveze

Nedelja, 18.11.2018		
09.00-10.00	Kondicijski trening teniškega igralca	dr. Matjaž Stare
10.00-11.30	Naravno gibanje otrok in subjektivno ovrednotenje gibanja	Uroš Jelen
11.30-12.00	Evolution ICS – poročilo iz simpozija v Orlandu	Gregor Ficko
12.00-12.30	Odmor	
12.30-14.00	Agilnost, hitrost in gibanje na teniškem igrišču (2.del)	dr. Dario Novak
14.00-15.00	»Perfect practice makes perfect players«	mag. Gordan Janković
15.00-15.30	Zaključek konference	

UDELEŽENCI:

Konferenca je namenjena slovenskim trenerjem in vsem zainteresiranim trenerjem iz tujine. Udeležba na konferenci se prizna kot **licenca za leto 2019**.

KONFERENČNI PAKET

- 80 EUR (za člane Trenerske organizacije TZS)
- 150 EUR (za nečlane Trenerske organizacije TZS)

Paket vsebuje:

- plačilo kotizacije
- odmore za kavo
- družabni večer v soboto 17.11.2018

ROK ZA PRIJAVE do 9.11.2017

Prijave se sprejema samo na mail irena.pekolj@tenis-slovenija.si. Pri prijavi obvezno navedite kdo je plačnik (klub ali fizična oseba). Na podlagi posredovanih podatkov, vam bo izstavljen račun, katerega poravnate v 8-ih dneh. Zaradi slabih izkušenj preteklih let vas opozarjamo, da mora biti članarina Trenerske organizacije poravnana pred plačilom kotizacije, če želite koristiti nižjo kotizacijo.

Za vsa dodatna vprašanja v zvezi s konferenco se obrnite na Gregor Šenica gregor.senica@siol.net oziroma na tel. **+386 40 803 240**

PRAVILA OBLAČENJA:

Vsakdanji slog ali teniška oblačila v času trajanja konference. **ŠC Millenium prosi vse udeležence konference, da poskrbijo za primerno čisto obutev na svetli teniški podlagi še posebej v primeru slabega vremena (zaželjena je uporaba dvoranske obutve).** Za večerno druženje v soboto 17.11.2018 od 19 ure dalje, pa priporočamo elegantno-vsakdanji slog.

TRENER LETA 2018:

Tako kot vsako leto bomo v soboto, 17.11.2018 izbirali **trenerja leta 2018**. Člani-ce trenerske organizacije TZS lahko svoje predloge pošljejo na naslov tomaz.berendijas@triera.net do 11.11.2018. Pravila glasovanja so enaka kot prejšnja leta.

NAMESTITEV: Austria trend hotel****, Dunajska cesta 154, 1000 Ljubljana

Ponudbena cena namestitve:

- **Prenočišče z zajtrkom** v enoposteljni sobi: **75,00 EUR/osebo/noč**
- **Prenočišče z zajtrkom** v dvoposteljni sobi: **45,00 EUR/osebo/noč**

Obrazec za rezervacijo hotela je v prilogi obvestila. **Rezervacije hotela so možne do 7.11.2017**

Predstavitev letošnjih predavateljev.

Robi Cokan, dipl. trener tenisa A

S trenerskim poklicem se aktivno ukvarja 13 let. Končal je fakulteto za šport- smer tenis in pridobil naziv diplomiran trener tenisa A. Bil je aktivno vključen v delo z vsemi starostnimi kategorijami v večih ljubljanskih klubih, kjer je sodeloval z vrhunskimi slovenskimi igralci. Največ uspehov je uspel doseči s Kajo Juvan, ki jo trenira že 9 let. V tem času je postala evropska, svetovna in olimpijska mladinska prvakinja v posamezni konkurenci, osvojila je Wimbledon v dvojicah in se na WTA lestvici že prebila med najboljših 200 igralk.

Napisal je Priročnik o uporabi teniških strun ter predaval na slovenskih trenerskih konferencah in mednarodni Play and stay v Londonu. Njegova vizija je delati z mladimi teniški igralci, ki ljubijo tenis in so mu predani.

Dr. Dario Novak

Dr. Dario Novak je višji asistent na Kineziološki fakulteti na Univerzi v Zagrebu in znanstveni sodelavec na Inštitutu za antropologijo v Zagrebu. Leta 2010 je doktoriral na Univerzi v Zagrebu. Njegovo postdoktorsko izpolnjenje je potekalo na Univerzi Colubia in Univerzi Harvard. Avtor dveh priročnikov in več kot 200 znanstvenih in strokovnih del iz področja športnih znanosti. Kot predavatelj je sodeloval na več kot 20 mednarodnih znanstvenih in strokovnih konferencah. Prejemnik številnih mednarodnih nagrad za doprinos k znanosti. Dobitnik dekanove nagrade za najboljšega mladega raziskovalca na Kineziološki fakulteti Univerze v Zagrebu za leto 2015, 2016 in 2017. Kot del trenerskega tima je sodeloval z Christine McHale (najboljša uvrstitev #24 WTA) in Donne Vekić (najboljša uvrstitev #42 WTA). V svoji karieri je sodeloval tudi z Borno Čorićem (#1 na ITF junior lestvici) in Ivano Jorović (#1 na ITF junior lestvici). Trenutno je del trenerskega tima Marte Kostyuk (zmagovalke mladinskega Australia open 2017). Pridobil je certifikat *Certified Tennis Performance Specialist (CTPS)*

Uroš Jelen, kinezioterapevt in prof.švzg

Uroš Jelen je profesor športne vzgoje in specialist kinezioterapije. Leta 2008 je diplomiral na Fakulteti za šport, ter študij nadaljeval v Angliji na Univerzi Keele, kjer je proučeval gibanje človeka kot celote. Svoje znanje je poglobil tudi na Nürnberškem Inštitutu za šport in znanost v Nemčiji, v Londonu na Sportdimension inštitutu, kjer je zaključil izobraževanje o preventivni vadbi za hrbtenico, koleno in nevromišičnem treningu. 14 let deluje kot gibalni terapevt za vso populacijo ljudi in kondicijski trener za različne športe. V ospredju njegovega treninga je ohranjati zdravje, razvijati optimalno tehniko gibanja in odkrivati preproste tehnike gibanja in treninga, ki nas vračajo nazaj k izvoru gibanja.

Mag. Gordan Janković

Gordan Janković je magister kinezioloških znanosti usmeritev tenis. Kot zunanji sodelavec deluje na Kineziološki fakulteti v Zagrebu na kolegiju tenis. Predava tudi na kolegiju šport in telovadba na Fakulteti političnih znanosti v Zagrebu. Je bivši profesionalni tenisač in ima trenersko licenco A Coach (najvišja stopnja) z 23 letnimi trenerskimi izkušnjami. Kot trener tekmovalcev deluje od 1995., v TK KRKA OTOČEC od leta 1999. Treniral večkratne državne prve in igralke/ igralce kateri so zasedali visoka mesta na mednarodnih TENNIS EUROPE, ITF in WTA lestvicah (Ajla Tomljanović 60.wta, Jasmina Kajtazović 8.TE in 98.ITF, Živa Falkner 1.igralka TE v kategoriji do 14let, 160.ITF).Redni predavatelj na trenerskih kongresih HTS-a in TZS.

Dr. Milan Hosta

Dr. Milan Hosta se že 20 let terapevtsko izjemno uspešno ukvarja z dihanjem, s pomočjo katerega je z različnimi tehnikami dihanja, razvil celostno metodo soočanja s stresom in čustvovanjem imenovana Dihalnica. Športnike uči, kako lahko z dihalnimi tehnikami bolje nadzirajo in usmerjajo svojo energijo, pospešijo regeneracijo obremenjenih ali poškodovanih tkiv in z meditacijo vstopajo v stanja zavesti, ki omogočajo ustvarjati nove miselne vzorce. Je častni član mednarodnega združenja terapevtov Butejkovega dihanja in član International Breathing Foundation. Sicer pa športni pedagog in filozof, ustanovitelj Playness pedagogike in Sportikus fair play programa.

Dr. Matjaž Stare, prof. šp. vzg.

Matjaž Stare je dokončal dodiplomski in podiplomski študij na Fakulteti za šport na smeri športno treniranje, pri izbirnem predmetu Tenis. V času študija se je vzporedno posvečal tudi alpskemu smučanju. Dvakrat je bil član slovenske univerzitetne ekipe in član slovenske B reprezentance. V zadnjih letih študija je sodeloval z ameriško smučarsko reprezentanco v svetovnem pokalu in na olimpijskih igrah leta 2002 v Salt lake City-u. V obdobju od 2003 do 2006 je večino časa preživel v smučarskem klubu Squaw Valley v zvezni državi Kalifornija, kjer je deloval kot trener v mladinskih kategorijah. Kot trener je neprekinjeno aktiven 22 let, od tega 12 let na področju tenisa. Najprej je ustanovil in vodil teniško šolo na Vrhniki, nato pa se je zaposlil v Ljubljanskem teniškem centru. Po zaključku študija več časa posveča kondicijski vadbi teniških igralcev in trenutno sodeluje s Tino Cvetkovič (Radovljica) ter Anžetom Arhom (Slovan), ki je trenutno najmlajši SLO igralec uvrščen na ATP lestvici.

Dr. Duško Lepir (BIH)

Duško Lepir je doktor športnih znanosti, docent na "Fakultetu fizičnog vaspitanja i sporta Univerze v Banji Luki in vodja laboratorija za psihodijagnostiko in mentalni trening Inštituta za šport Banja Luka –UNIBL. Njegovo področje delovanja je znanstveno raziskovalno delo in interes na področju športne psihologije. Njegova specializacija je na področju čustvene inteligence ter psihofiziologije oziroma aplikacija Neurofeedback in Biofeedback metode z namenom vrhunske izvedbe in promocija zdravja.

Dolgoletna tekmovalna kariera v tenisu in 17 letno trenersko delo (naziv ITF Level II), od tega 10 let kot selektor BIH v kategoriji 14 let. Glavni trener in vodja projektov pri Teniški zvezi Republike Srbije v času od 2012 do 2017. Predavatelj na konferencah doma in v tujini.

Hannes Zischka Tennis - Bernd Ochensberger

HANNES ZISCHKA TENNIS je eden izmed največjih organizatorjev teniških kampov v Evropi. Več kot 30 let individualni gosti in skupine, teniške šole in nacionalne zveze zaupajo v organizacijo dogodkov Hannes Zischka Tennis-u. Delujejo na področju slovenske in hrvaške obale od marca do novembra.

V kratki predstavitvi bodo predstavljene možnosti sodelovanja z slovenskimi trenerji.

TRENERSKA ORGANIZACIJA TZS

Predsednik, Gregor Šenica

Strokovni Svet Tenis Slovenija

Šmartinska 152.

1000 Ljubljana

DOPIS ZA TRENERJE NA TRENERSKI KONFERENCI 2018

UKINITEV LESTVICE TENIS SLOVENIJA DO 12.LET

Strokovni Svet Tenis Slovenija je na svoji deveti seji dne 18.10.2017 sprejel sklep o spremembi rangiranja oziroma o »**ukinitvi lestvice Tenis Slovenija do 12.let.**«

Tekmovalno registracijska komisija sklepa Strokovnega sveta do danes še ni realizirala oziroma želi, da se javno objavi konsenz s strani trenerjev na prihajajoči trenerski konferenci 17.10.2018.

Leta 2017 sem na trenerski konferenci že predstavil glavne razloge zaradi katerih Strokovni Svet želi, da se lestvica do 12. let ukine. Po povratnih informacijah Vas je večina trenerjev bila ZA ukinitve lestvice, vendar o tem nismo glasovali.

Zato bi želel, da na prihajajoči trenerski konferenci glasujemo ZA ukinitve lestvice Tenis Slovenija do 12.let.

Kot zanimiv primer bi navedel dejstvo, da je bila Kaja Juvan leta 2011 na končni lestvici TZS do 12. let v uvrščena šele na **25.** mesto. (glej sliko). Kje je danes Kaja Juvan in kje je prvih pet igralk iz lestvice? Niti pomisliti ne upam kaj bi bilo, če bi takrat Kaja zaradi slabe uvrstitve na lestvici prenehala z igranjem tenisa.

Mesto	Šifra	Priimek	Ime	Leto rojstva	Klub	Točke	Jakost	
1	6841	Novak	Kristina	2000	TR-KR	3299,0	100	+
2	7177	Benedejčič	Lian	2000	LUKAKP	2429,0	70	+
3	7215	Prosenjak	Lara	1999	ŽTKMB	2423,0	70	+
4	6855	Zupančič	Nika	1999	OTOČE	2201,0	70	+
5	7179	Grlj	Stefany	1999	LUKAKP	1831,0	40	+
6	7241	Radišič	Nika	2000	TKVAL	1691,0	40	+
7	7346	Gal	Anja	2000	ŽTKMB	1416,0	40	+
8	7235	Gabor	Iva	1999	LJUTO	1165,0	40	+
9	7176	Kresal	Karin	1999	LUKAKP	1081,0	40	+
10	6820	Erjavec	Veronika	1999	LTC	979,0	30	+
11	6842	Cvetkovič	Tina	2000	ŠDTŠR	952,0	30	+
12	6860	Ostrovška	Anja	1999	ŽTKMB	887,0	30	+
13	7212	Markovič	Sofia	1999	ŽTKMB	745,0	30	+
14	7232	Knez	Nina	1999	MIMA	659,0	30	+
15	7239	Albreht	Nika	1999	RADOV	562,0	30	+
16	7408	Bukovec	Ajda	1999	TR-KR	536,0	30	+
17	7210	Velec	Urška	1999	BR-MB	507,0	30	+
18	7412	Hrkač	Katja	2000	TKMED	491,0	30	+
19	7001	Jamšek	Lara	1999	ASLIT	486,0	30	+
20	6859	Bokan	Žaklin	1999	BR-MB	470,0	20	+
21	7162	Rant	Tjaša	1999	IDRIJ	452,0	20	+
22	7105	Perica	Maša	1999	ŠPLUS	433,0	20	+
23	7355	Kovač	Tinkara	1999	ŠENTJ	409,0	20	+
24	7470	Čepon	Katarina	1999	LTC	398,0	20	+
25	7225	Juvan	Kaja	2000	ŠPLUS	393,0	20	+
26	7256	Tavčar	Tina	2000	ŠDTŠR	385,0	20	+
27	7598	Plank	Maruša	2000	CELJE	347,0	20	+
28	7657	Kuhar	Alja	2000	MAXLJ	344,0	20	+
29	7345	Plejič	Žana	1999	ŽTKMB	330,0	20	+
30	7374	Vengust	Maja	1999	CELJE	321,0	20	+
31	7830	Kolar	Nina	1999	ŽTKMB	284,0	20	+

GLAVNI RAZLOGI ZA UKINITEV LESTVICE TENIS SLOVENIJA DO 12.LET

1. Da se zmanjša prezgodnje usmerjanje v rezultat.

Vse več trenerjev popušča pod pritiskom staršev in vadbo otrok v mlajših kategorijah (10 let) usmerja v rezultat in ne v kvaliteto. Zgodi se, da se na reprezentnčnih pripravah otrok prvič sreča z osnovami volleja, prehoda na mrežo... Preveč individualnih treningov in premalo skupinskih treningov.

2. Da se bolj usmerjeno dela v smeri izboljšanja vseh ostalih segmentov mladega teniškega igralca (tehnika, motorika,...)

Zgodi se , da ima otrok pri 11 letih samo teniške treninge (nima kondicijskega treninga...)

3. Povečati širino v najmlajših kategorijah, posledično ne bodo vedno isti finalisti turnirjev.

S tem, ko na turnirjih do 12. let ne bo nosilcev se bo zgodilo, da ne bodo vedno isti igralci v polfinalu ampak bomo pridobili na širini, saj bo lahko do pokala prišel tudi kak drug otrok. Osip otrok, bo manjši. Sedaj imamo osip otrok, ki so uvrščeni slabše od 20.mesta na lestvici TZS do 12. let

4. Zmanjšati pritisk staršev na otroke , ki divjajo iz turnirja na turnir.

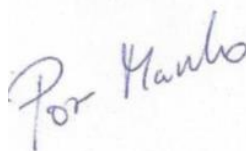
Starši sedaj štejejo točke za lestvico in so pripravljeni tudi bolnega otroka peljati na turnir, da bo le dobil nekaj točk. To se s tem ko ni lestvice spremeni, ta pritisk odpade.

5. Tudi Tenniseurope ne pozna lestvice do 12.let

Ljubljana 21.10.2018

Marko Por

Predsednik Strokovnega sveta TZS

 **TENIS**
SLOVENIJA

HOTEL ROOM RESERVATION / REZERVACIJA HOTELSKE SOBE

Booking code / Prijavna koda: «TZS 2018» | between/ med 16.11.-19.11.2018

Deadline / Prijavni rok: 07.11.2018, kasneje ob razpoložljivosti hotela / later on upon availability of the hotel.

Please fill in this form and send scan to / Prosimo izpolnite obrazec in ga v skenirani obliki pošljite na:

reservations.ljubljana@austria-trend.at

Name/Ime

Surname/Priimek

Address (Street | Postal Code | City) / Naslov (Ulica | Poštna številka | Mesto):

Telephone number / Telefonska številka

E-mail / Elektronski

naslov

Credit card holder / Imetnik kreditne kartice

Credit card number / Številka kreditne kartice

Exp. Date / Datum zapadlosti

CVC 3-digit code / CVC koda

Credit card type / Vrsta kreditne kartice: ☐ Visa ☐ Mastercard ☐ American Express ☐ Diners Club ☐ JCB

Your booking / Vaša rezervacija:

Arrival / Datum prihoda:

Departure / Datum odhoda:

Please choose your room type / Prosimo označite vašo sobo:

_____ Deluxe room / soba | 30 m²

Number of rooms / Število sob

☐ Single room / Enoposteljna soba € 75,00

☐ Double room / Dvoposteljna soba € 90,00

City tax: 2,50 €/person per night (not included in the price) / Turistična taksa: 2,50 €/osebo na noč (ni vključena v ceno sobe)

Naturally healthy! Simply delicious. Get your day off to the best possible start with Austria's finest organic breakfast, which is included in the price.

Seveda zdravo! Enostavno okusno. Za Vaš začetek dneva Vam nudimo naš ,Austria Trend Hotel zajtrk, **ki je že vključen v ceno sobe.**

Additional services / Dodatne storitve

☐ Taxi from the AP LJU / TAXI iz letališča LJU do hotela: €35,00

Flight, date and time / Št. leta, datum in čas prihoda:

☐ Taxi from hotel to AP LJU / TAXI iz hotela do letališča: €35,00

Flight, date and time / Št. leta, datum in čas odhoda*:

****Your departure time from the hotel is 90 min before the flight.**

Odhod iz hotela je 90 minut pred vzletom letala.

Signature / Podpis _____

Cancellation fees (individual cancellations) Odpovedni pogoji (veljajo za individualne rezervacije):

7 days before arrival, cancellation fee will not be charged / Do 7 dni pred prihodom, odpovedni stroški niso računani.

7 to 3 days before arrival, we charge 50% of the booking value / Od 7 do 3 dni pred prihodom zaračunamo 50% rezervacijske vrednosti.

3 days and less or NoShow, we charge 100% of the booking value / 3 dni pred prihodom in manj, neprihod, zaračunamo 100% vrednosti.

All cancellations have to be in writing. / Vse odpovedi rezervacij morajo biti v pisni obliki.