



14. TRENERSKA KONFERENCA
Otočec, 14. - 15. november 2009
3. OBVESTILO

Ponovno vse članice in člane Trenerske organizacije TZS obveščamo, da bo od 14. in 15. novembra 2009 potekala na Otočcu 14. trenerska konferenca za teniške trenerje.

Urn timer predstavitev je naslednji:

Sobota, 14.11.2009

- 09.15 – 09.30 dr. Aleš Filipčič – Uvodni nagovor in predstavitev programa (ig, slo.)
Zoran Kofol – direktor TZS – predstavitev dela TZS in uradna otvoritev
09.30 – 10.00 as mag. Klemen Stražar, dr.med. - Poškodbe ramena pri igralcih tenisa (ig,slo.)
10.15 – 11.45 dr. Matej Tušak – Teniški trikotnik (igralec, starši, trener) (ig. slo.)
(predavanje je namenjeno tudi IGRALCEM-KAM IN STARŠEM TENIŠKIH IGRALCEV-K)
12.00 – 12.30 Jure Vizovišek – Predstavitev sistema LyTennis (ig., slo)
12.30 – 13.15 Aleksander Vuga, Karlo Orehek – Conipur TennisForce (ig, slo.)

14.30 – 16.00 dr. Boris Neljak, Ico Humić – Specifična komunikacija na teniškem treningu (hrv.)
16.15 – 17.15 Tanja Kosec, Jani Urbanc – Predstavitev knjige Trening mentalne moči (ig., slo.)
17.15 – 19.30 Skupni ogled nogometne tekme Rusija-Slovenija
19.30 – 20.00 Marjeta Smodiš – Spremembe pravilnikov ITF in TE (ig, slo.)

20.00 dalje Wilsonov družabni večer v TC Otočec.

Nedelja, 15.11.2009

- 09.00 – 09.45 Dominik Senica, Aleš Šporn – Nacionalni reprezentančni program (ig, slo.)
09.45 – 10.30 Aljoša Nipič – Negospodovalno vodenje teniškega treninga (igr., slo.)
10.30 – 11.30 Rok Ferjan – Prevezmanje odgovornosti (ig., slo.)
11.45 – 13.15 Marino Bašić - Trening hitrosti, agilnosti in eksplozivnosti v tenisu (igr.,hrv.)
13.30 – 14.15 Gašper Pavli – Poslovno sodelovanje igralcev in pokroviteljev (ig, slo.)
14.15 – 14.30 Zaključek konference.

Oznake: (ig) – igrišče v TC Otočec; slo. – slovenski jezik, hrv. – hrvaški jezik

Trenerji nas se najkasneje do 11.11.2009 prijavijo na: info@teniska-zveza.si ali pokličejo v pisarno TZS (tel. 01 430 66 95). Kotizacija za trenersko konferenco znaša **40 EUR**, ki jo poravnate ob prijavi na Otočcu. V kotizacijo je vključen tudi **družabni večer**, ki bo v soboto, 14.11.2009.

Udeležba na trenerski konferenci se vam **prizna kot licenca za leto 2010.**

Glasovanje za trenerja leta 2009

Na 14. trenerski konferenci bomo izbirali tudi **trenerja za priznanje trener leta 2009**. Zato vse članice in člane trenerske organizacije TZS prosimo, da do **11.11.2009** v pisarno TZS sporočijo svoje predloge. Pogoji so: da je trener član trenerske organizacije, da predlagatelj navede dosežke igralcev in ekipe ter da so rezultati doseženi v času do 1.12.2008 do 31.10.2009. Glasovanje za trenerja leta 2009 bo potekalo v soboto, 14.11.2009. Vsak udeleženec trenerske konference ima en glas.

Namestitev

Trenerji lahko koristijo ugodnejše **hotelske storitve** v hotelu ŠPORT. V ceno polnega penziona je vključeno kosilo v soboto, zajtrk in kosilo v nedeljo. Paket v dvoposteljni sobi znaša 44 EUR, v enoposteljni sobi 60 EUR.

Družabne aktivnosti

Organizirani bosta dve družabni aktivnosti:

1. Skupni ogled nogometne tekme Rusija – Slovenija
2. Družabne igre **Wilson Team Olympics 2010**

Pravila tekmovanja: tekmovanje je sestavljeno iz **treh panog**, šteje **skupni** rezultat **vseh treh** udeležencev v ekipi. Ekipo torej sestavljajo **3 člani**, vsak izmed njih nastopa v eni kategoriji (da bo šlo hitreje vse skupaj) - ekipo vodi in zastopa **kapetan** ekipe, ki tudi sporoči podatke o ekipi (ime ekipe, člani, kdo nastopa v kateri panogi...). Tekmuje se v naslednjih panogah:

Bližanje s palico za golf

Tekmovalec ima na voljo 10 udarcev v luknjo (točka šteje le če igralec zadane luknjo v prvem poiskusu) - vsaka zadeta točka šteje 1 točko, zadetek z rožnato žogic šteje 2 točki (na voljo je 9 belih in 1 rožnata žogica)

Met ameriške žoge v tarčo

Vsak tekmovalec ima na voljo 10 metov, ciljamo tarčo, vsak zadeti met šteje 1 točko razen zadetek z uradno NFL žogo, ki šteje 2 točki

Ciljanje s teniškim loparjem

Tekmovalec mora uporabiti najmanjši otroški Wilson lopar za ciljanje v tarčo, vsaka zadeta tarča šteje 1 točko, razen zadetek s penasto žogo 90 mm šteje 2 točki

Tekmovanje bo potekalo po **knock-out** sistemu, pare določi žreb. Najboljše tri ekipe bodo prejele nagrade Wilson.

Predstavitev predavateljev

as. mag. Klemen Stražar, dr. med. Je specialist ortoped, ki je po končanem podiplomskem študiju medicine in specializaciji iz ortopedije svoje delo posvetil artroskopski kirurgiji in zdravljenju poškodb pri športu. Posebnih kirurških tehnik se je izučil v bolnišnici St. Görans v Stockholmu, na Southern California Orthopedic Institute v Los Angelesu, v University Health Service v Michiganu, ter v centrih za ortopedsko kirurgijo v Kanadi: Montreal General Hospital, Mount Sinai Hospital v Torontu, QEII Health Service Centre v Halifaxu in St. Joseph's Health Care v Londonu (Ontario). Subspecializiral se je na področju rekonstrukcijske kirurgije ramenskega sklepa, predvsem pa artroskopskega zdravljenja poškodb mehko tkivnih struktur ramena pri športnikih. Ker je sam bivši aktivni igralec tenisa (med drugim mladinski in članski prvak Slovenije med posamezniki v letu 1988), bolje razume biomehanske vzroke nastanka poškodb ramena pri tem športu. Ukvarja se tudi s kompleksno artroskopsko rekonstrukcijo kolenskega sklepa in je vodilni v Sloveniji na področju artroskopije kolčnega sklepa. Klinično in raziskovalno sodeluje v timu strokovnjakov, kateri so eni izmed prvih v svetu začeli s presajanjem avtolognega hrustanca v sklepih, predvsem kolenskem. Je vabljeni predavatelj in inštruktor na letnih artroskopskih tečajih, ter pridružen član katedre za ortopedijo na Medicinski fakulteti Univerze v Ljubljani, kjer je vključen v delo s študenti. Dr. Stražar je avtor in soavtor več kot 70 domačih in mednarodnih publikacij, ter znanstvenih in strokovnih prispevkov na najuglednejših mednarodnih konferencah. Aktivno je vključen v različne raziskovalne projekte s področja preprečevanja, rehabilitacije in artroskopskega zdravljenja športnih poškodb. Je član Slovenskega združenja za artroskopijo in poškodbe pri športu ter Evropskega združenja za športne poškodbe, kirurgijo kolenskega sklepa in artroskopijo (European Society of Sports traumatology Knee surgery and Arthroscopy) - ESSKA.

Dr. Matej Tušak je študiral psihologijo na Filozofski fakulteti, na področju psihologije športa je leta 1997 doktoriral s temo: Razvoj motivacijskega sistema v športu. Od leta 1992 je zaposlen na Fakulteti za šport, kjer predava od leta 1998 kot izredni profesor, prav tako predava tudi na podiplomskem študiju Fakultete za šport, na dodiplomskem in podiplomskem študiju Oddelka za psihologijo na Filozofski fakulteti ter na podiplomskem študiju Medicinske Fakultete v Ljubljani. Poleg učiteljskega dela na Inštitutu za šport aktivno sodeluje v procesu psihične priprave vrhunskih slovenskih športnikov. Je psiholog gimnastičnih, kegljaških, kajakaških, skakalnih, jadralnih, smučarskih, teniških, judo, nogometnih, plesnih idr. reprezentanc ter mnogih drugih znanih slovenskih športnikov, nosilcev medalj na SP in OI ter klubov. Kot športni psiholog je aktivno sodeloval na številnih EP in SP ter na OI v Atlanti in Naganu ter v pripravi vrhunskih športnikov na vse ostale OI od leta 1992. Svoje znanja širi v preko 200.-tih člankih, knjigah in drugih publikacijah, ki jih je izdal v zadnjih dvanajstih letih. Je tudi predsednik sekcije za psihologijo športa pri Društvu psihologov Slovenije, član strokovnega sveta za šport pri Vladi RS, predsednik strokovnega sveta za šport pri SUSA (univerzitetna športna zveza), predsednik strokovnega sveta za JUDO, član strokovnih svetov v različnih (kegljanje, smučarski skoki, jadranje, kajak) panogah, vodja psihodiagnostičnega laboratorija na Inštitutu za šport, član odbora za vrhunski šport pri OKS, ter član mednarodnega sveta športnih psihologov. V zadnjih letih je bil nosilec in soavtor 10 raziskovalnih projektov na MZT, MŠŠ ter MO. V okviru strokovnega dela veliko predava po športnih društvih, izobraževalnih institucijah in v podjetjih. Njegovo področje dela je stres in odstranjevanje stresa, komunikacija, stili vodenja in čustvena inteligentnost, ter motivacija in procesi

Ico Humić je uspešen hrvaški trener rojen v Karlovcu. Igralsko je bil aktiven do leta 1984. Študiral na Fakulteti za telesno kulturo v Zagrebu. Bil je trener Talaje, Mezak, Čilića in Marcana. Ima svoj teniški center in je predsednik organizacije za promocijo tenisa. Trenutno sodeluje z igralko Savić, ki je rangirana okrog 300. mesta na WTA j.l. Predava metodiko tenisa na višji trenerski šoli v Zagrebu in je tudi predavatelj na seminarjih v Srbiji in BiH. V naslednjem letu načrtuje izdajo knjige Kako trenirati vrhunske mlade igralce.

Jani Urbanc (prevajalec): univ.dipl.ing. tehniške matematike, specializiral na področju računalništva in informatike. V letih 1979 do 1981 je bil asistent na Fakulteti za naravoslovje in tehnologijo v Ljubljani za področje metod prenosa znanja s pomočjo računalnika, 1980 eno leto sodelavec na projektih Unesco v ZDA, eno leto učitelj tenisa v ZRN (1984), ustanovitelj in vodja računalniškega inženiringa Industrijski biro Ljubljana, podjetnik. Znanje izpopolnjeval z uporabo nevro lingvističnega programiranja in vodil delavnice »Vzpodbude k samomotivaciji«, »Tehnike direktne prodaje«, bil motivator in trener prodajnih skupin s področja direktne prodaje. Prevaja poezijo in staroindijska izročila. Večino življenja teniški ljubiteljski igralec in tekmovalec (večkrat zmagal na mednarodnih veteranskih in državnih prvenstvih).

Tanja Kosec (urednica): univ.dipl. oec., Ekonomsko poslovna fakulteta v Mariboru, smer Poslovna informatika. Od 1982 do 1996 samostojna modna oblikovalka aktivna na področjih oblikovanja oblačil in sicer: butik Garbo Unique skupaj z Leo Kulašem, kostumografom in Prešernovim nagrajencem, oblikovanje delovnih uniform za Philip Morris, Coca – Cola, Radenska in druga večja podjetja ter samostojni ekstravagantni izdelki za individualne stranke. Leta 1990 se je poslovno usmerila v samostojno finančno svetovalko pri družbi Concorde, nato ustanovila premoženjsko svetovalno družbo Individa, kjer je kot motivatorica in predavateljica vodila skupine premoženjskih svetovalcev. Od 2001 do 2007 vodja in manager podjetja s tujim kapitalom v Sloveniji in na Hrvaškem, ki je predstavnik ene največjih finančnih skupin na svetu, SFM Group. Zadnje obdobje se ponovno posveča oblikovanju. Kot mati soprevajalke Reje Novak in mladega tenisača je z veseljem sprejela tudi izziv - urednica prevoda Tenis - trening mentalne moči.

Aljoša Nipič je študent 3. letnika Fakultete za šport, smer tenis, študent Inštituta William Glasserj za realitetno terapijo (po končanem izobraževanju bo imel možnost pridobiti evropsko diplomu za psihoterapevta), zaključen 1. letnik študija na Univerzi v Denverju, ZDA (2006). Aljoša ima trenerske izkušnje pri planiranju in vodenju treningov skupine igralcev in pomoč drugim trenerjem pri vodenju treningov, vodenju teniškega kampa za mlade tekmovalce do 14 leta (planiranje, vodenje, videoanalize, kondicijski treningi, izdelava profilov, organizacija zaključnega tekmovanja), vodenje članov in članic državne reprezentance (ekipno) do 12. let v Italiji. Bil je državni reprezentant in prvak Slovenije v mladinskih kategorijah do 12 in do 14 let ter državni reprezentant in drugi v kategorijo do 16 let, do leta 2003 je pridobival izkušnje in tekmoval na mednarodnih turnirjih ETA in ITF, leta 2003/2004 sem živel in treniral v Nemčiji na Teniški akademiji Nikole Piliča. V Slovenijo sem se vrnil avgusta 2004 in leta 2005 opravil maturo. Leta 2005 in 2006 sem tekmoval v ameriški študentki ligi NCAA za University of Denver. Kot član študentske ekipe sem dosegel do takrat najvišjo uvrstitev Univerze v zgodovini šole

Rok Ferjan je leta 2001 diplomiral na Fakulteti za šport. Delo teniškega trenerja opravljam petnajsto leto, od l. 1999 v Teniškem klubu Triglav Kranj. Med drugim sem v tem obdobju več let sodeloval z Gregom Žemljo, Blažem Kavčičem in drugimi uspešnimi igralci v članski in mladinski konkurenci. Redno sem sodeloval kot reprezentančni trener v kategorijah U16 in U18. V letu 2008 sem bil izbran za trenerja leta, zaradi uspešnega dela z Blažem Kavčičem. V letu 2009 sem ponovno začel z delom v mlajših starostnih kategorijah, hkrati pa skrbim za teniški razvoj dveh mladinskih reprezentantov, ter svetujem pri delu z drugimi tekmovalci Teniškega kluba Triglav Kranj.

Marino Bašič je profesor kineziologije. Rojen je 11. 04. 1978 v Zagrebu. Diplomiral je na Kineziološkem fakultetu v Zagrebu, smer spolna telesna priprava športnikov in nogomet (UEFA A licenca). Dela kot zunanji sodelavec na Kineziološkem fakultetu pri predmetu Osnovne kineziološke transformacije in je študent doktorskega študija. Je ustanovitelj in urednik internetne strani www.sportskitrening.hr, ter stalni sodelavec pri urejanju www.mojdoktor.hr, www.fitness.com.hr i www.tennis.hr in tudi časopisa Kondicijski trening in revije Tenis. Član je Udruge kondicijskih trenera Hrvatske (UKTH) in Hrvatskog kineziološkega saveza (HKS). Vodi fitness center v Alplanu. Objavil je večje število znanstvenih in strokovnih člankov o športu in kondicijski pripravi. Kot kondicijski trener NK Interblock Ljubljane je osvojil slovenski pokal (Hervis pokal 2007/08) in Super pokal (2007/08). Kot kondicijski trener sodeluje z velikim številom športnikov iz tenisa, nogometa, košarke, odbojke, vaterpola, smučanje in manjšim številom klubov. Predavatelj je na različnih trenerskih seminarjih. Področja njegovega delovanja so lahko atletska in teško atletska tehnologija treninga, fitness, gibljivost, vzdržljivost, trening hitrosti in agilnosti ter različne oblike treninga (pliometrijski, funkcionalni, kettlebell, clubbell, crossfit, sandbag, strongman) ter športna prehrana in dodatki.

Gašper Pavli je s študij začel na Fakulteti za šport v Ljubljani, smer Športno treniranje in končal dva letnika in prvi semester tretjega. Ves čas šolanja sem vzporedno treniral tenis in se udeleževal raznih tekmovanj in turnirjev. Izobraževanje in teniško športno pot sem združil s selitvijo v London leta 2004, kjer sem na London Metropolitan University dobil športno štipendijo in se vpisal v dodiplomski študij, smer Športni management. Leta 2006 sem diplomiral z rezultatom »Upper Second Class Honours« in se vpisal na podiplomski študij, smer Marketing. Magisterij sem zaključil leta 2008 z magistrsko nalogo »The relationship between postmodern society and luxury brands«. Septembra 2008 sem začel z doktorskim študijem vendar sem se aprila 2009 vrnil v Slovenijo z željo dokončati doktorski študij doma. Sedaj sem vpisan na doktorski študij na Fakulteti za družebne vede – smer Tržno komuniciranje. Med študijem sem na univerzi London Metropolitan pogodbeno delal kot raziskovalec na »International Institute for Culture, Tourism and Development« - obdelava kvantitativnih podatkov. Poleg tega sem deloval tudi kot asistent športnega managerja (polovični delovni čas). Med leti 2004 in 2009 sem v Veliki Britaniji s teniško ekipo London Metropolitan University osvojil pet naslovov britanskega prvaka – štiri kot igralec in enega kot trener. Leta 2007 sem v Moskvi z ekipo osvojil tudi naslov evropskega univerzitetnega prvaka, leta 2009 pa kot trener ekipo pripeljal do naslova evropskih prvakov v Dublinu. Ob vrnitvi v Slovenijo sem odprl svoje podjetje G Marketing, marketinške dejavnosti in svetovanje, Gašper Pavli s.p. Od aprila 2009 sem pri podjetju GSR d.o.o. (ekskluzivni zastopnik teniške opreme Babolat za Slovenijo) prevzel mesto vodje prodaje.

Teniški pozdrav!

Dr. Aleš Filipčič
Predsednik Trenerske organizacije TZS

Ljubljana, 10.11.2009