

Vás pozýva na workshop  
pre učiteľov TŠV stredných škôl v zriaďovateľskej pôsobnosti ŽSK  
pod záštitou predsedníčky Žilinského samosprávneho kraja Eriky Jurinovej

# Motivácia a šport



## 11. 12. 2023

### Stredná športová škola, Rosinská 6, Žilina

- 8:00 príchod a prezentácia účastníkov
- 8:45 úvodné privítanie a pokyny
- 9:00 workshop v 45 min blokoch
- 14:00 obed
- 15:00 vydávanie potvrdení a ukončenie workshopu

#### Program:

**Téma: Olympijský odznak všestrannosti (OLOV)**

Mgr. Milan Špánik, PhD, Slovenský olympijský a športový výbor

**Téma: Rozvoj silových schopností**

Mgr. Michal Jakubec, kondičný tréner MŠK Žilina, reprezentácia SR19

**Téma: Pohybovka**

Mgr. Martin Hrubala, Slovenská zdravotnícka univerzita BA  
so sídlom v Banskej Bystrici

**Téma: Dych a vedomý pohyb ako cesta k zdraviu**

MUDr. Marián Dupkala, Synergia - priestor pre terapiu a rozvoj

**Téma: Volejbal**

Mgr. Zuzana Storošková, Stredná športová škola, Žilina

**Téma: Futbal**

Mgr. Martin Repaský, MŠK Žilina

Link na prihlásenie: <https://forms.gle/SMFJek2uR88auaq77>

