

**Terminarz zjazdów kursu trenerskiego II klasy taekwondo olimpijskiego /300 godzin/  
zorganizowanego przez Instytut Wychowania Fizycznego  
Państwowej Wyższej Szkoły Informatyki i Przedsiębiorczości w Łomży  
w okresie 01.07-26.09.2010 rok**

<b>Lp</b>	<b>Termin zjazdu</b>	<b>Ilość godzin na zjeździe</b>	<b>Godzinowy rozkład zajęć</b>	<b>Uwagi</b>
1	01-10 lipiec 2010 rok	120	<u>Zajęcia przedpołudniowe</u> 8.00-10.15 i 10.30-12.45  <u>Zajęcia popołudniowe</u> 14.0.16.15 i 16.30-18.45	10 dni 12 godzin dziennie /120 godzin/
2	01-10 sierpień 2010 rok	120	<u>Zajęcia przedpołudniowe</u> 8.00-10.15 i 10.30-12.45  <u>Zajęcia popołudniowe</u> 14.0.16.15 i 16.30-18.45	10 dni 12 godzin dziennie /120 godzin/
3	22-25 wrzesień 2010 rok  26 wrzesień 2010 rok	48  12	<u>Zajęcia przedpołudniowe</u> 8.00-10.15 i 10.30-12.45  <u>Zajęcia popołudniowe</u> 14.0.16.15 i 16.30-18.45  Egzamin praktyczny	5 dni 12 godzin dziennie /60 godzin/  prowadzenie wybranego elementu treningu uczestników /konspekt/
4	Złożenie pracy zaliczeniowej do końca września 2010 r.		Wykonanie badań diagnostycznych z zakresu taekwondo olimpijskiego do końca września 2010	Kierownik kursu mgr Jerzy F. Miller

**Opracował:**

**mgr Jerzy F. Miller 5 dan  
Trener I klasy taekwondo olimpijskiego**