



Vehklemistreenerite täiendkoolitused

Juuli ja august 2020

Koolitused toimuvad **Pirita Marina Hotel & Spa konverentsiruumides** (Purje 9, 11911 Tallinn), **Mustamäe vehklemisaalis** (Vilde tee 71A, Tallinn) ja **Zoomi** veebikeskkonnas. Koolitused viiakse läbi eesti keeles, v.a. koolitused Zoomis, mis viiakse läbi inglise keeles.

Teisipäev, 7. juuli

Pirita Marina Hotel & Spa konverentsiruum Ruhnu (Purje 9, 11911 Tallinn)

10:00-11:30 Vehklemisreeglid: tehnilised reeglid (teoreetiline osa) – **Denis Ostrovski, Jüri Salm**

Hind: 10 € **Maht:** 4 akadeemilist tundi

Pirita Marina Hotel & Spa konverentsiruum Ruhnu (Purje 9, 11911 Tallinn)

11:45-13:00 Vehklemisreeglid: varustuse reeglid – **Jüri Salm**

Hind: 5 € **Maht:** 2 akadeemilist tundi

Pirita Marina Hotel & Spa konverentsiruum Prangli (Purje 9, 11911 Tallinn)

11:45-13:00 Taktikaline osa individuaalvõistlusel ja võistkonnavõistlusel – **Meelis Loit**

Hind: 5 € **Maht:** 3 akadeemilist tundi

Pirita Marina Hotel & Spa konverentsiruum Prangli (Purje 9, 11911 Tallinn)

13:30-14:30 Vehklemisreeglid: organisatoorsed reeglid – **Jüri Salm**

14:30-15:00 Vehklemisreeglid: reklaamireeglid – **Jüri Salm**

Hind: 10 eurot **Maht:** 3 akadeemilist tundi

Pirita Marina Hotel & Spa konverentsiruum Ruhnu (Purje 9, 11911 Tallinn)

15:30-17:45 Psühholoogiline ettevalmistus. Eneseregulatsiooni tehnikad ja nende kasutamine – **Snežana Stoljarova**

Hind: 10 eurot **Maht:** 3 akadeemilist tundi

Neljapäev, 9. juuli

Mustamäe vehklemissaal (Vilde tee 71A, Tallinn)

12:00-18:30

Vehklemistehnika - väljaaste ja sööstrünnak – **Igor Tšikinjov**

Vehklemistehnika - haarded, ülekanded, avalöögid – **Igor Tšikinjov**

Vehklemistehnika - positsioonid ja kaitsed – **Igor Tšikinjov**

Hind: 30 eurot **Maht:** 19 akadeemilist tundi

Reede, 10. juuli

Mustamäe vehklemissaal (Vilde tee 71A, Tallinn)

11:00-12:00 Vehkleja reaktsiooni- ja koordinatsiooniharjutused – **Samuil Kaminski**

Hind: 5 eurot **Maht:** 3 akadeemilist tundi

Mustamäe vehklemissaal (Vilde tee 71A, Tallinn)

12:00-13:30 Vehklemisvarustuse hooldus ja kontroll – **Alar Källe, Jüri Salm**

Hind: 10 eurot **Maht:** 4 akadeemilist tundi

Koolitused Zoomi veebikeskkonnas

Esmaspäev, 17. august

10:00-12:00 Ettevalmistuse planeerimine. Treeningplaani ja treeningpäeviku – **Hugo Dergal**

Neljapäev, 20. august

10:00-12:00 Vehklemistreeningu ülesehitus edasijõudnutele – **Hugo Dergal**

Hind: 20 eurot **Maht:** 11 akadeemilist tundi

Registreerimine hiljemalt 1. juuli 2020 evl@vehklemisliit.ee

[Registreerimisvorm](#)

Lisainfo:

Jüri Salm

evl@vehklemisliit.ee

+3725044831

KOOLITAJATE LÜHITUTVUSTUS:

Alar Källe – Relvameister, MK-etapi Tallinna Mõök pikaegne rajameister. Taganud pea kõikidel suurematel vehklemisvõistlustel Eestis aparaatide ja vehklemisradade töökorrasoleku.

Denis Ostrovski – Rahvusvahelise B-kategooria vehklemiskohtunik epees ja floretis, osalenud kohtunikuna paljudel tiitlivõistlustel.

Hugo Dergal – Prantsusmaalt pärit vehklemistreener ja klubi spordidirektor, kes tüüris 2019 aastal Taani epeemeeskonna EM-hõbedale. Teinud edukat karjääri ka Prantsusmaal ja Šveitsis nii klubi mäenedžeri kui treenerina.

Igor Tšikinjov- Tituleeritud vehklemistreener, kes on osalenud treenerina neljadel olümpiamängudel ja kelle juhendatavad on võitnud arvukalt tiitlivõistluste medaleid (teiste seas Oksana Jermakova, Peter Vanky, Maria Isaksson, Nikolai Novosjolov).

Jüri Salm – Rahvusvahelise B-kategooria vehklemiskohtunik epees, MK-etapi Tallinna Mõök pikaegne peakorraldaja, EKR 6 taseme vehklemistreener.

Meelis Loit – Endine tippvehkleja, osalenud Atlanta ja Sydney OMil, 2001.a. võistkondlik MM-hõbe. Eesti parima võistkonna liige 1996, 1998, 1999 ja 2001. Vehklemisliidu parim noortetreener aastatel 2016, 2017 ja 2019. EKR 7 taseme vehklemistreener.

Samuil Kaminski – Tituleeritud vehklemistreener, kelle õpilaste hulka on kuulunud ka Eesti olümpiaalade läbi aegade edukaim medalivõitja Irina Embrich (Zamkovaja). Eesti parima võistkonna treener 1995.

Snežana Stoljarova – Spordipsühholoog (ESTipp OÜ), Spordipsühholoogi kutsekomisjoni aseesimees.