



Eesti Vehklemisliit

Kadaka tee 63, 12915 Tallinn, Eesti Vabariik

EKR 3 vehklemistreenerite tasemekoolitus

25.-31.oktoober 2025

Koolitused toimuvad Mustamäe vehklemissaalis (E. Vilde tee 71A, Tallinn), Zoomi veebikeskkonnas ja videokoolitusena. Koolitused viiakse läbi eesti keeles.

AJAKAVA

Laupäev, 25. oktoober 2025

Mustamäe vehklemissaal (E. Vilde tee 71A, Tallinn)

09.00-16.00

Koolitajad: Alari Põllu, Anatoli Jasnov

- Üldine ja erialane kehaline ettevalmistus
- Vehklemistreeningu ülesehitus algajatele
- Vehkleja ettevalmistuse alused. Võistlusseisu õpetamine, jalgade töö
- Distsantsi olulisus ja harjutused distantsitunnetusele
- Vehklemistehnika - õpetamise metoodika, otsetorge, paarisharjutused
- Individuaaltunni ülesehitus

Pühapäev, 26. oktoober 2025

Zoomi veebikeskkond

9.00-12.00

Koolitaja: Jüri Salm

- Vehklemisreeglid: varustuse reeglid

- Vehklemise teooria alused, vehklemise ajalugu maailmas ja Eestis
- Ohutuse tagamine treeningutel
- Treeneri käitumine. EOK treenerite eetikakoodeks

Periood 27.-31. oktoober 2025

Videokoolitus - Vehklemisreeglid: FIE tehnilised reeglid (koolitaja Denis Ostrovski)

EKR 3 tasemekoolituse maht: 30 akadeemilist tundi

Hind: 150 €.

Registreerimine hiljemalt **23. oktoober 2025** info@vehklema.ee

Lisainfo:

Jüri Salm

+3725044831

info@vehklema.ee