



SEMINÁR LAURENTA MEUWLYHO: MODERNÉ TRENDY V RÝCHLOSTNOM TRÉNINGU

Termín: 25.–26. október 2025

odborný seminár s trénerom Laurent Meuwlym, členom trénerského tímu Femke Bol a Lieke Klaver, zameraný na moderné prístupy v rýchlostnom a prekážkovom tréningu, určený pre trénerov všetkých vekových kategórií.

Miesto: teoretické bloky Fakulta telesnej výchovy a športu UK
Nábr. arm. gen. L. Svobodu 9, Bratislava

praktický blok DOM ŠPORTU
Olympijské námestie 1, 831 04 Bratislava,

Sobota, 25. október 2025

FTVŠ UK, Nábr. arm. gen. L. Svobodu 9, Bratislava

08:40 – 09:20 Prezentácia účastníkov
09:30 – 09:40 Otvorenie seminára

Teoretický blok

09:40 – 11:10 Vývoj šprintéra, prechod od talentu k medzinárodnej špičke
The Development of a Sprinter: From Talent to International Elite
diskusia

11:10 – 11:30 Coffee break

11:30 – 13:00 Špeciálne tréningové prostriedky v jednotlivých vekových kategóriách (U18, U20, U23/dospelí)
Specialized Training Methods Across Age Categories (U18, U20, U23/Senior)
diskusia

13:00 – 14:30 Obed

14:30 – 15:30 spoločná diskusia + pripravené otázky/ *Panel Discussion with Pre-set Questions*

Praktický blok

Hala, DOM ŠPORTU, Olympijské námestie 1, Bratislava

17:00 – 18:30 Štafetové odovzdávky, technická príprava a tréningové stratégie
Relay Exchanges: Technical Preparation and Practice Strategies
diskusia

18:30 – 18:50 Coffee break

18:50 – 20:20 Prekážkové drily
Hurdling drills
diskusia



Nedeľa, 26. október 2025

FTVŠ UK, Nábr. arm. gen. L. Svobodu 9, Bratislava

- 09:00 – 10:30** Technický a taktický prístup k behu na 400 m prekážok
Technical and tactical approach of the 400m hurdles
diskusia
- 10:30 – 10:50** Coffee break
- 10:50 – 11:20** Periodizácia sezóny v krátkom a dlhom šprinte, princípy ladenia formy smerom
k vrcholovým podujatiam /
*Season Periodization in Short and Long Sprint Events: Principles of Peaking for Major
Competitions*
diskusia
- 11:20 – 11:40** Coffee break
- 11:40 – 13:10** Využitie urýchľovacích (overspeed) a brzdiacich (resisted) zariadení v rýchlostnom
tréningu, ich periodizácia v ročnom tréningovom cykle a optimalizácia veľkosti odporu
a urýchlenia/
*Application of Overspeed and Resisted Training Devices in Sprint Training, Their
Periodization Within the Annual Training Cycle and Optimization of Resistance and
Assistance Levels*
diskusia

Prihlasovanie:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSd5N_MlDrmInzaJo8dI-IIIuipTnpY5ZDtRFqFpcP0UGvxRdA/viewform

Uzávierka prihlášok: **19. november 2025**

Kontaktné osoby

Peter Žňava – znav@atletika.sk

Veronika Lašová – lasova@atletika.sk

Iveta Putalová – mladez@atletika.sk

Seminár sa uskutočňuje v spolupráci Komisie mládeže Slovenského atletického zväzu a Fakulty telesnej výchovy a športu UK v Bratislave.

Tlmočenie:

Počas seminára bude zabezpečené tlmočenie z anglického jazyka do slovenčiny.

Účastníci si náklady na cestu a stravu hradia individuálne.

Tešíme sa na Vašu účasť!

Slovenský atletický zväz