

## **ΤΟΠΙΚΟ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ «ΝΑΥΠΛΙΟ 2019»**

**ΓΗΠΕΔΟ:** ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΔΑΚ Ναυπλίου

**ΗΜΕΡ/ΝΙΑ:** 10 & 11/05/2019

**ΟΜΙΛΗΤΕΣ:** ΦΡΑΓΚΙΑΣ ΒΑΣΙΛΗΣ, ΚΟΥΛΟΥΡΙΩΤΗΣ ΧΑΡΗΣ, ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ,  
ΜΑΣΟΥΡΑΣ ΚΩΣΤΑΣ

## **ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ - ΘΕΜΑΤΑ**

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 10/05/2019

**Παρασκευή, 10/05/2019**

**17:00 - 18:00** ΚΟΥΛΟΥΡΙΩΤΗΣ - Προπόνηση ατομικής βελτίωσης στη μεταβατική περίοδο

**18:15 - 19:15** ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΣ - Pick n Roll: Ατομική τεχνική του screener

**19:30 - 20:30** ΦΡΑΓΚΙΑΣ - Επιθετικό Transition

**Σάββατο, 11/05/2019**

**09:30 - 10:30** **ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΣ** - Low Post Άμυνα: Έμφαση στο front the post

**10:45 - 11:45** **ΜΑΣΟΥΡΑΣ** - Προπόνηση ενδυνάμωσης στο παρκέ

**12:00 - 13:00** **ΦΡΑΓΚΙΑΣ** - Ειδικές καταστάσεις□□□□□□□□□□□□□□□□

**Η ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΩΝ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΣΤΟ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΕΙΝΑΙ ΕΛΕΥΘΕΡΗ**