



## **Podział kompetencji trenerów Kadry Narodowej Seniorów w BnO**

### **Dawid Stefański – I trener**

- przygotowywanie zasad powoływania do KNS w BnO, odpowiedzialność za kształt kadry,
- proponowanie składów kadry na zgrupowania sportowe,
- organizowanie zgrupowań i wyjazdów na zawody,
- przygotowywanie zasad kwalifikacji do imprez głównych, proponowanie składów reprezentacji Polski na imprezy główne,
- przygotowanie, we współpracy z II trenerem, długo, średnio i krótkookresowych planów szkoleniowych,
- odpowiedzialność za realizację celów sportowych kadry,
- prowadzenie szkolenia sportowego w biegu na orientację w ramach kadry,
- koordynacja pracy sztabu szkoleniowego Kadry Narodowej Seniorów.

### **Ludomir Parfianowicz – II trener**

- odpowiedzialność za przygotowanie okołobiegowie zawodników (wydolność, przygotowanie mentalne, dieta, fizjoterapia i rehabilitacja),
- zdiagnozowanie potrzeb okołobiegowych zawodników kadry,
- przygotowanie planu rozwoju zawodników we wskazanych obszarach poprzez współpracę ze specjalistami w danych dziedzinach,
- udział w uzgodnionych z I trenerem 2-3 imprezach,
- przygotowanie, we współpracy z I trenerem, długo, średnio i krótkookresowych planów szkoleniowych,
- poszukiwanie młodych zawodników z potencjałem wejścia do KNS w BnO.

### **Rafał Podziński – asystent trenera, pomoc techniczna**

- pomoc techniczna (budowa tras, stawianie i zbieranie PK, analizy) podczas akcji szkoleniowych, w uzgodnieniu z I trenerem.

**Zarząd PZOS**

**Dawid Stefański**

**Ludomir Parfianowicz**

**Rafał Podziński**