

Poštovani,

Centar za istraživanja i razvoj vrhunske sportske pripreme (CIRSP) pri HOO-u nastavlja s provedbom serije radionica iz područja **sportske psihologije i nutricionizma**.

Radionice su namijenjene trenerima sportaša koji se nalaze u programima HOO-a (olimpijski, olimpijske nade, razvojni programi).

Radionice se održavaju u uredu CIRSP-a uz mogućnost i **online** pristupa.

Radionice iz područja psihološke pripreme i nutricionizma

Teme će se održavati u vremenu od 12:00 do 14:00 na Kineziološkom fakultetu Sveučilišta u Zagrebu u centralnom uredu CIRSP-a. Na radionicama je moguće sudjelovati i **online** putem.

Sudjelovanje na radionicama **potrebno je prethodno prijaviti na cirsp@hoo.hr**

Listopad

11.10. – **uživo + online** (Sandra Đurijanček) Komunikacija i odnos sa sportašima

25.10. - **online** (Igor Čerenšek) Komunikacija i odnos sa sportašima

31.10. – **uživo + online** (Sebastijan Orlić) Dodaci prehrani - nutritivna podrška i optimizacija sportske izvedbe

Studeni

14.11. - **online** (Stella Mirić) Zdravlje crijeva i imunitet: ključne veze i kako ih podržati

22.11. – **uživo + online** (Igor Čerenšek) Psihološke metode oporavka

29.11. - **online** (Sandra Đurijanček) Psihološke metode oporavka

Prosinac

02.12. – **uživo + online** (Sandra Đurijanček) Q&A termin, tema/teme po izboru, javiti barem 2 tjedna ranije

5.12.- **uživo + online** (Martina Dadić) Hidracija-ključan element u nutritivnoj potpori sportaša

09.12. - **online** (Sandra Đurijanček) Q&A termin, tema/teme po izboru, javiti barem 2 tjedna ranije