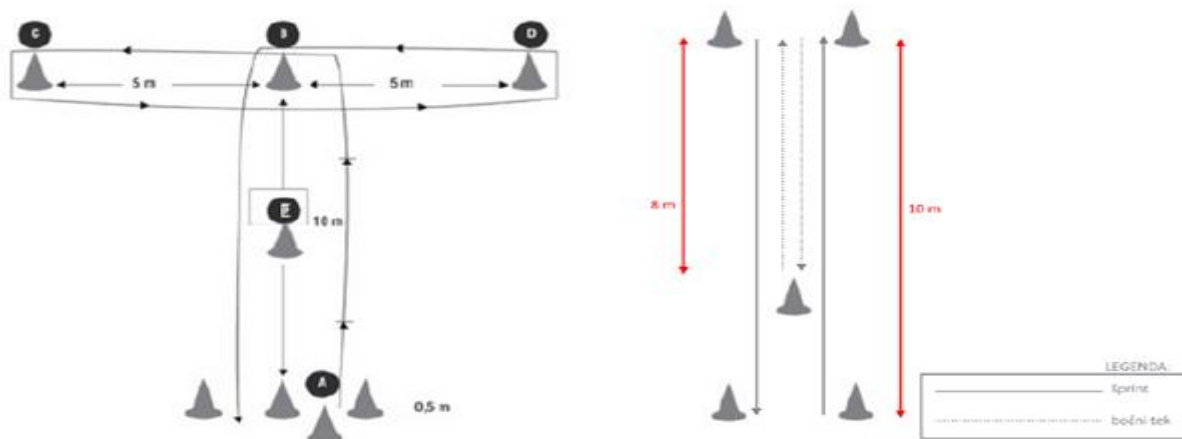


PROGRAM SEMINARJA MDNS LENDAVA 2015

V petek, 27.3.2015 ob 17.00 uri, bo potekalo **testiranje fizične pripravljenosti** sodnikov MDNS Lendava pri DOŠ 1 Lendava.

Strokovni odbor MDNS Lendava je sprejel sklep, da se z letošnjim letom spremeni fizično testiranje sodnikov in sicer namesto 6 x 40 m sprint ter tek 150 m + 50 m, bodo sodniki morali opraviti testiranje iz 2x T test, 2x CODA test, 2x 40 m sprint in tek 150 m + 50 m.

Na spodnji sliki sta prikazana načrta T testa in CODA testa.



Samo testiranje bo potekalo po naslednjem razporedu:

- **17.00 – 17.15 Segrevanje**
- **17.20 – 18.00 Tek (150 m + 50 m)**
- **18.10 – 18.30 T test, CODA test, sprint**

Udeležba je obvezna za vse sodnike, ki fizičnega testiranja niso opravili v okviru ZNSS.

V soboto, 28.3.2015 ob 8.00 uri, bo potekal **seminar sodnikov** MDNS Lendava in delegatov MNZ na DSŠ Lendava po naslednjem programu:

- 8.00 – 8.10 Otvoritev seminarja (g. Tompa M.)
- 8.15 – 8.55 Sodelovanje sodniške ekipe (g. Hozjan A.)
- 8.55 – 9.00 Odmor
- 9.00 – 9.40 Vodenje in nadzor tekme (g. Jeneš B.)
- 9.40 – 10.00 Skupinsko slikanje, odmor
- 10.00 – 10.40 Prekrški, igra z roko (g. Mertik B.)
- 10.40 – 10.45 Odmor
- 10.45 – 11.25 Ofsajd (g. Kepe Š., g. Koren J.)
- 11.40 – 11.55 Navodila pred nadaljevanjem prvenstva (g. Žalik D.)
- 11.55 – 12.00 Odmor
- 12.10 – 12.30 Testiranje pravil nogometne igre
- 13.00 Kosilo

Seminar je obvezen za vse člane MDNS, ki seminarja niso opravljali na nivoju NZS.

Zadnja točka seminarja je obvezno testiranje iz pravil nogometne igre. V odmoru bo sledilo tudi skupinsko fotografiranje. Sodniki naj imajo oblečeno modro polo majico MDNS.

Vsem sodnikom, kontrolorjem in delegatom želimo uspešen seminar.

Strokovni odbor MDNS Lendava