

Raspored nastave 4. semestra izvanrednog stručnog prijediplomskog studija izobrazbe trenera – KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA
(7. 7. - 13. 7. 2025.) Veliki amfiteatar (A1) i Sportsko dijagnostički centar (SDC)

	Ponedjeljak 7. 7. 2025.	Utorak 8. 7. 2025.	Srijeda 9. 7. 2025.	Četvrtak 10. 7. 2025.	Petak 11. 7. 2025.	Subota 12. 7. 2025.	Nedjelja 13. 7. 2025.
09:00 – 10:30	Dijagnostika kondicijske pripremljenosti A1 - (Uvod u dijagnostiku) VV	Dijagnostika kondicijske pripremljenosti SDC - (Kognitivne sp. i konativne osobine) VV	Metodika kondicijske pripreme III-D5 (Škola trčanja) RB	Metodika kondicijske pripreme III- D5 (Pliometrija) RB	Metodika kondicijske pripreme III-SDC (Anaerobni trening) RB	Dijagnostika kondicijske pripremljenosti SDC - (Aerobni terenski test) JG	Dijagnostika kondicijske pripremljenosti A1 – (KOLOKVIJ)
10:45 – 12:15	Metodika kondicijske pripreme III- A1 (Uvodno predavanje) VV	Metodika kondicijske pripreme III-A1 (Doziranje opterećenja) VV	Metodika kondicijske pripreme III- SDC (Stepenice) RB	Metodika kondicijske pripreme III- D5 (Girje I) RB	Metodika kondicijske pripreme III-D5 (Start i startno ubrzanje) RB	Dijagnostika kondicijske pripremljenosti SDC – (Anaerobni testovi) JG	Metodika kondicijske pripreme III A1 – (KOLOKVIJ)
12:30 – 14:00	Dijagnostika kondicijske pripremljenosti A1 - (Zdravstveni i socijalni status) JG	Dijagnostika kondicijske pripremljenosti SDC - (Motorika I) JG	Metodika kondicijske pripreme III - SDC (Kosine) RB	Metodika kondicijske pripreme III- D5 (Medicinke) RB	Metodika kondicijske pripreme III- SDC (Gume) RB	Dijagnostika kondicijske pripremljenosti SDC – (Anaerobni testovi) JG	
14:30 – 16:00	Dijagnostika kondicijske pripremljenosti A1 - (Morfološke karakteristike) JG	Dijagnostika kondicijske pripremljenosti SDC - (Motorika II) JG	Dijagnostika kondicijske pripremljenosti A1 - (Uvod u funkcionalne sp) JG	Metodika kondicijske pripreme III – A1 (Metodika treninga aerobnih energetske kapaciteta) JG	Dijagnostika kondicijske pripremljenosti SDC – (Aerobni kapaciteti -HRDP) JG	Metodika kondicijske pripreme III-SDC (Stabilnost/Mobilnost) RB	
16:15 – 17:45	Dijagnostika kondicijske pripremljenosti A1 - (Motorička znanja) JG	Dijagnostika kondicijske pripremljenosti A1 - (DISKONT) JG	Dijagnostika kondicijske pripremljenosti A1 - (Anaerobni kapaciteti) JG	Metodika kondicijske pripreme III – A1 (Metodika treninga anaerobnih energetske kapaciteta) JG	Dijagnostika kondicijske pripremljenosti SDC – (Laktat test) JG		