

In atentia domnilor antrenori

Ne aflam inca sub incidenta reglementarilor privind izolarea. Activitatea d-voastra si a sportivilor, componenti ai loturilor nationale, sau ai grupelor de performanta sau inalta performanta de la nivelul structurii sportive unde sunteti incadrati a fost intrerupta in jurul datei de 15 martie. In functie de posibilitatile fiecaruia, antrenori sau sportivi, posibilitati limitate de distanta, sistem de comunicare, dorinta si interes in ultima instanta, activitatea sportiva si de programare/planificare a acestuia a fost reluata in mod limitat si specific.

Avand in vedere ca aveti obiective importante de indeplinit si ca toata planeta a suferit (mai mult sau mai putin), am dori sa anticipati revenirea la normal. Antrenorii loturilor nationale si antrenorii structurilor sportive afiliate FRSB, angajati ai MEC, MTS, cluburi departamentale, ale Consiliilor Locale, pe langa obligatiile de performanta sportiva, aveti de indeplinit si obligatiile de ordin administrativ materializate in ultimele Ordine ale MEC, MTS, COSR si ale Guvernului Romaniei.

In aceste conditii pentru a nu fi surprinsi nepregatiti de reluarea activitatii in jurul datei de 15 mai va solicitam urmatoarele:

a) **antrenorii** – prin contact telefonic, online, etc., sa actualizati evidentele sportivilor privind:

1. *starea de sanatate*;

- starea generala de sanatate si eventualele afectiuni vechi/noi;
- tratamente medicale recomandate – ce si pe ce perioada;
- greutate
- temperatura
- puls/tensiune,etc.
- alimentatia

situatia scolara;

- situatia pe primul trimestru – incheiata, eventual restante, corigente.
 - 2. *activitatea independenta de pregatire* – *daca a existat*;
 - 3. *datele personale* – *actualizare*;
 - 4. *starea si situatia echipamentului si a materialelor de pregatire*;
 - 5. *programul zilnic/saptamanal* si legatura cu antrenorii de club/lot;
 - programul de pregatire actualizat si adaptat conditiilor specifice;
 - lectiile de antrenament cu componentele si obiectivele urmarite;
 - feedback-ul transmis de catre sportivi la acest tip de activitate si generarea modificarilor in pregatire;
 - 6. *contactul cu parintii si scoala*;
- b) **Antrenorii loturilor nationale si olimpice seniori/juniori, CNOPI, CNOPT:**
- 1. *actualizarea planurilor de pregatire*, tinand cont de perioada cu restrictii de izolare si reesalonarea pregatirii in vederea recuperarii in termenul cel mai scurt si in masura posibilitatilor a handicapului generat de aceasta.
 - 2. *completarea si transmiterea rapoartelor de activitate solicitate*.
 - 3. *transmiterea pontajelor* pentru activitatea sportivilor si tehnicienilor in concordanta cu programul de lucru la distanta.
- c) **Va rugam sa consultati site-ul FRSB** unde sunt comunicate si prezentate toate documentele necesare activitatii in aceasta perioada.
- A aparut Buletinul Informativ nr. 3 al Centrului Olimpic de Testare si Asistenta Stiintifica.