

KONGRES SCIENCE4FOOTBALL

WARSZAWA, 1 - 2 MAJA 2018 r.

DZIEŃ 1

8.00 - 9.00 - **Rejestracja uczestników i gości / Poranna herbata i kawa**

09:00 - 09:15 – **Otwarcie kongresu Science4Football**

- Dariusz Mioduski, właściciel i prezes Legii Warszawa, przedsiębiorca i inwestor, w tym w sektorze nowych technologii
- Marcin Animucki – prezes Ekstraklasy S.A.
- Przedstawiciel Ministerstwa Sportu i Turystyki
- Przedstawiciel Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego
- Przedstawiciel Narodowego Centrum Badań i Rozwoju

9:15 – 9:30 - **„Rozgrzewka” / Warm up speech**

- **Arnaud Bruchard**, Fizjoterapeuta sportowy, trener przygotowania motorycznego, performance manager

„Urazy mięśniowe w piłce nożnej: konsensus i rzeczywistość w elitarnych klubach piłkarskich”

09:30 – 10:00

- **Ted Knutson**, założyciel i szef firmy analitycznej Statsbomb

„Waga danych i umiejętność ich wykorzystywania we współczesnym futbolu”

„Pierwsza połowa” / „First half”, czyli jak mądrze trenować – obciążenia treningowe.

10:00 – 11:00

- **Tim Gabbett**,

„Monitorowanie obciążeń sportowców - jak zastosować teorię w praktyce.”

11:00 – 11:15

- **Przerwa kawowa**

11:15 – 11:45

- **Michał Garnys**

„Wskaźniki stanu wytrenowania w relacji do obciążeń treningowych a markerów zmęzeniowych i ich interpretacja.”

11:45 – 12:15

- Piotr Żmijewski, dyrektor Instytutu Sportu

„Niespecyficzne metody kształtowania zdolności wysiłkowej.”

„Doliczony czas gry” / „Extra time” – Jak poprawić zdolności wysiłkowe.

12:15 – 13:15

- Frans Bosch

„Anatomy of Agility - dynamiczne systemy do praktycznego zastosowania w treningu i rehabilitacji”

13:15 – 14:15

Lunch

14:15 – 15:00

- Prof. Wolfgang Schöllhorn

“Repetition hinders effective learning – jak trenować żeby uzyskiwać lepsze efekty”

15:00 – 15:45

- Blair Crewther

„Wpływ poziomu hormonów na zdolności treningowe oraz adaptacyjne: implikacje i zastosowanie w piłce nożnej.”

„Druga połowa” / „Second half” – Prewencja urazów

15:45 – 16:45

- Tim Gabbett

„Prewencja urazów w piłce nożnej: czy zawodnicy powinni trenować mądrzej niż mocniej?”

16:45 – 17:00

- Przerwa kawowa

17:00 – 17:30

- Marcin Bator

„Prewencja najczęstszych urazów mięśniowych w piłce nożnej.”

17:30 – 18:00

- Diogo Ferreira

„Żywnienie i suplementacja w trakcie kontuzji.”

18:00 – 19:00

Okrągły stół – nowe (naukowe ?) horyzonty w rozwoju piłki nożnej

- Przemysław Iwańczyk – dziennikarz Polsatu i Radia TOK FM
- Ivan Kepcija – dyrektor techniczny Legii Warszawa
- Marcin Animucki – prezes ESA
- Ben Lytleton – członek zespołu Soccernomics, autor piłkarskich bestseller’ów m.in. serii „Football School” oraz „Edge ; What business can learn from football”
- Przedstawiciel NCBiR
- Piotr Żmijewski – Instytut Sportu

19:00 – 22:00

- Cocktail & networking session

DZIEŃ 2

„Powrót na boisko” - Diagnostyka, leczenie i powrót do sportu

09:00 – 09:30

- Maciej Tabiszewski

„Diagnostyka i leczenie najczęstszych urazów w piłce nożnej - schemat postępowania”

09:30 – 10:00

- Carlos Jimenez

„Powrót do sprawności, czyli jaką drogę musi przejść zawodnik od momentu urazu do treningów na boisko z perspektywy fizjoterapeuty i trenera motorycznego.”

10:00 – 10:30

- Wojciech Zep

10:30 – 10:45

Przerwa kawowa

„Po przerwie” - w jaki sposób skutecznie się regenerować

10:45 – 11:15

- **Michał Trzaskoma**

„Regeneracja z perspektywy pracy fizjoterapeuty z zawodnikiem.”

11:15 – 11:45

- **Mateusz Oszust**

„Prawidłowa regeneracja z perspektywy trenera motorycznego.”

11:45 – 12:15

- **Bartłomiej Pomorski**

„Żywieniowo-suplementacyjne zasady regeneracji.”

12:15 – 12:45

- **Adriana Zagórska-Pachucka**

„Regeneracja psychologiczna - co oznacza i jakie są jej główne założenia.”

12:45 – 13:00 Przerwa kawowa

„Przed wielkim finałem”, czyli jak osiągnąć sukces mentalny i sportowy

13:00 - 13.45

- **Marc Sagal**

„Tożsamość i sukces w piłce nożnej.”

13:45 – 14:15

- **Adriana Zagórska-Pachucka:** Tworzenie profilu psychologicznego zawodnika piłki nożnej w oparciu o profil motywacyjny RSM. Cz. 1.
- **Beata Mieńkowska:** Tworzenie profilu psychologicznego zawodnika piłki nożnej w oparciu o profil motywacyjny RSM. Cz. 2.

14:15 – Zakończenie kongresu – wydanie certyfikatów uczestnictwa

14:30 – 15:30 Warsztaty praktyczne

Warsztat 1 (Carlos Jimenez)

Warsztat II (Frans Bosch)

Warsztat III (Łukasz Jaśkiewicz)

Warsztat IV (Beata Mierkowska)

W zależności od pakietu:

- **15:30 przejazd autokarem na PGE Narodowy i oglądanie na żywo finału Pucharu Polski**
- **15:30 wspólne oglądanie finału Pucharu Polski na telebimie na Stadionie Legii & networking**