# Программа семинара судей-женщин (Высшая лига) 11-13 сентября 2011 г.

# Воскресенье, 11 сентября

|  |  |
| --- | --- |
| 11-00  | Отъезд участников семинара от м. ВДНХ в д/о Левково  |
| 13-00 – 14-00 | Обед |
| 14-30 - 15-00 | Открытие семинара  |
| 15-00 – 17-3018-00 – 19-00 19-30 – 20-3021-00 – 22-30 | Теоретические занятияПрактические занятия на футбольном полеУжинТеоретические занятия  |
| Понедельник, 12 сентября |  |
| 8-30 | Взвешивание |
| 9-00 – 10-00 | Завтрак |
| 10-00 – 13-00 | Теоретические занятия |
| 13-00 – 14-00 | Обед |
| 14-30 – 17-00 | Теоретические занятия |
| 17-30 – 18-3019:00 – 20-00 | Практические занятия на футбольном полеУжин |
| 8-00 – 9-00 | Вторник, 13 сентябряЗавтрак |
| 10-00  | Нормативы по физ. подготовке (тест ФИФА) |
| 12-00 | Подведение итогов  |
| 13-00 – 14:00 | Обед |
| 14-15 | Отъезд участников семинара |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |