



Metalčeva 5, 10000 Zagreb
Hrvatska [Croatia]
tel.: +385 1 457 61 11
fax: +385 1 457 30 36
www.hrs.hr

MB: 3297136
OIB: 18493858124
Hrvatska poštanska banka
IBAN: HR5423900011101022716

1. SEMINAR ZA TRENERE VRATARA HRS-a Kaštelir, 21. svibnja 2026.

Sportska dvorana Kaštelir	
SATNICA	DATUM / TEME / PREDAVAČI
	21.5.2026., četvrtak
16:00-17:15	Metodika rada s mladim vratarima Valter Matošević
17:30-18:15	Osnovni principi postavljanja vratara Ivan Stevanović
18:30-19:45	Postavljanje vratara u odnosu na specifična kretanja napadača Ivan Stevanović

49. SREDIŠNJI SEMINAR ZA TRENERE HRS-a I ZA PRODUŽENJE EHF PRO LICENCE Poreč, od 22. do 24. svibnja 2026.

Sportska dvorana Žatika, Poreč	
SATNICA	DATUM / TEME / PREDAVAČI
	22. 5. 2026., petak
8:45	SVEČANO OTVARANJE SEMINARA
9:00-10:30	Metodika rada s kružnim napadačima Andrija Nikolić
10:45-12:00	Specifičnosti kretanja u 5 :1 obrani te tranzicija u napadačke aktivnosti Dagur Sigurdsson i Denis Špoljarić
12:15-13:45	Osnovna kondicijska priprema rukometaša u dobi od 16-18 godina Nikola Golub
	23. 5. 2026., subota
9:00-10:00	Komunikacija kao temelj psihološke otpornosti rukometne ekipe Renata Barić
10:15-11:45	Osnovna i specifična tehničko-taktička znanja osobne igre braniča Nenad Zvonarek
12:00-13:30	Prevenција ozljeda ramena i koljena u rukometu Jesper Bencke
	24. 5. 2026., nedjelja
9:00-10:15	Metodika poučavanja igrača za igru u dubokim proaktivnim obranama Ivan Jerković i Ante Burger
10:30-12:00	Tehničko-taktička obilježja zaleta kao važnog elementa za razvoj napadačkih aktivnosti Nenad Zvonarek
12:15-13:45	Kontinuirano kretanje napadača kroz elemente grupne taktike Frano Veraja i Branimir Kutnjak
13:50	ZATVARANJE SEMINARA

Voditeljica seminara
dr.sc. Lidija Bojić-Čaćić