



22 MAYIS 2022

## II. KADEME YÜZME ANTRENÖRÜ YETİŞTİRME KURSU

2-5 Haziran 2022 tarihleri arasında II. Kademe Yüzme Antrenörlük Kursu yapılması planlanmaktadır. İlgili kursa katılacaklardan istenen belgeler ve şartlar;

1. Başvuracak adayların ön kayıt yaptırması
2. Diploma (En az lise veya dengi okul mezunu olmak)
3. En az iki yıl I. kademe yardımcı yüzme antrenörü belgesine sahip olup 2022 yılı antrenör lisans ve vize işlemlerini yaptırmış olmak.
4. 2 adet vesikalık fotoğraf
5. Sağlık Raporu ( Sağlık yönünden antrenörlük yapmasına zihnen ve bedenen bir sakıncası olmamak)
6. Karakter belgesi
7. Dekont. Kurs ücreti 2.500₺' dir. Su Sporları Federasyonu'nun ÖYAK'taki (Kıbrıs Türk Öğretmenler Yardımlaşma Kooperatifi) 304000058994 no'lu hesabına yatırılacaktır.

Ön Kayıt Son Başvuru Tarihi : 30 Mayıs 2022  
İstenen Evrakların Son Teslim Tarihi : 1 Haziran 2022  
Ön Kayıt İrtibat Telefonu: 0548 8348392 (WhatsApp)



Ender YEŞİLYURT  
Federasyon Başkanı

**KUZAY KIBRIS SU SPORLARI FEDERASYONU**  
**II. Kademe Yüzme Antrenörlük Kurs Programı**  
**2-5 Haziran 2022/Lefkoşa**

**II. Kademe Eğitmeni: Levent CAMUŞCUOĞLU**

**1.Gün (2 Haziran 2022 Perşembe)**

Saat	II.Kademe
09.00-09.45	Tanışma - Özel Antrenman Bilgisi 1
09.45-10.00	Ara
10.00-10.45	Özel Antrenman Bilgisi 2
10.45-11.00	Ara
11.00-12.00	Serbest Yüzme Tekniği 1
12.00-13.30	Öğle Arası
13.30-14.15	Serbest Yüzme Tekniği 2
14.15.-14.30	Ara
14.30-16.00	Özel Antrenman Bilgisi 3

**2.Gün (3 Haziran 2022 Cuma)**

Saat	II.Kademe
09.00-09.45	Özel Antrenman Bilgisi 4
09.45-10.00	Ara
10.00-10.45	Özel Antrenman Bilgisi 5
10.45-11.00	Ara
11.00-12.00	Sırtüstü Yüzme Tekniği 1
12.00-13.30	Öğle Arası
13.30-14.15	Sırtüstü Yüzme Tekniği 2
14.15.-15.00	Havuz Hareket - Hazırlık
15.00-16.00	Uygulamalı Ders 1

**3.Gün (4 Haziran 2022 Cumartesi)**

Saat	II.Kademe
09.00-09.45	Özel Antrenman Bilgisi 6
09.45-10.00	Ara
10.00-10.45	Özel Antrenman Bilgisi 7
10.45-11.00	Ara
11.00-12.00	Kurbağalama Yüzme Tekniği 1
12.00-13.30	Öğle Arası
13.30-14.15	Kurbağalama Yüzme Tekniği 2
14.15.-15.00	Havuz Hareket - Hazırlık
15.00-16.00	Uygulamalı Ders 2

**4.Gün (5 Haziran 2022 Pazar)**

Saat	II.Kademe
09.00-09.45	Özel Antrenman Bilgisi 8
09.45-10.00	Ara
10.00-10.45	Kelebek Yüzme Tekniği
10.45-11.00	Ara
11.00-12.00	Çıkış - Dönüş teknikleri
12.00-13.30	Öğle Arası
13.30	Teorik Sınav