

## Treneru komisijas apspriedes protokols Nr.02-2023

Attālināti, 2023. gada 27. septembris. 21:30  
(vieta)

Sēdē piedalās Treneru komisijas locekļi:

- 1.Kristīne Gurecka
  - 2.Pauls Gureckis
  - 3.Edgars Kviessis
  4. Uvis Kronenbergs
  5. Ingvars Lerhs
  6. Arnis Šefers
  7. Uģis Briedis
  8. Uldis Krastiņš (valdes loceklis, bez balsstiesībām)
- Sēde saskaņā ar LBF Treneru komisijas nolikumu ir lemttiesīga.

Sapulces vadītājs: Uldis Krastiņš

Protokolists: Uldis Krastiņš

### Darba kārtība:

1. Sēde ir sasaukta pēc LBF valdes lūguma. Darba kārtībā ir viens jautājums par kritēriju izveidi spēlētāju iekļaušanai Latvijas izlases sarakstā starptautiskām sacensībām, treniņnometnēm, izlases treniņiem u.c.

### Sēdē nolēma:

1. Noteikt šādus vispārējās fiziskās sagatavotības kritērijus:
  - 1) ātruma īpašību pārbaude: 10 M sprints gaitā;
  - 2) eksplozivitāte: vertikāli lēcieni; lēcieni uz priekšu. Kandidātam ir trīs mēģinājumi. Ieskaita labāko rezultātu.
  - 3) ķermeņa augšdaļas vingrinājumi ar savu svaru: vēderprese skaits minūtē.
  - 4) izturības pārbaude ar Kūpera testu. Ja iespējams, šo uzdevumu izpilda stadionā.
  - 5) piepumpēšanās – cik var.
2. . Noteikt šādus vispārējās speciālās sagatavotības kritērijus:
  - 1) 6 bumbiņu ātruma tests izmantojot raketī. 3 mēģinājumi. Bumbiņas novieto uz dubultspēļu auta līnijas – vienādā atstatumā.
  - 2) Skrējiens atmuguriski – no tīkla līdz laukuma gala līnijai – uz laiku. Ar vai bez raketes.
  - 3) 20 (30) bumbiņu izsišana no aizsardzības pozīcijas. Bumbiņas padod uz ātrumu. Vingrinājuma mērķis ir ātruma pārbaude.



Biedrība LATVIJAS BADMINTONA FEDERĀCIJA, Reģ.nr.40008023393, Grostonas ielā 6b, LV-1013

Mājaslapa: [www.badminton.lv](http://www.badminton.lv), e-pasts: [info@badminton.lv](mailto:info@badminton.lv), 29716026

4) *Serves precizitāte. Īsās backhand serves vīriešiem, tālās serves sievietēm.*

*Kritēriju pārbaudi veic vismaz 1 reizi sezonā, pēc izlases trenera rīkojuma. Izlases treneris nepieciešamības gadījumā apspriežas ar Treneru komisiju. Kritēriju izpildi var pielāgot materiālajām iespējām un pieejamajam aprīkojumam.*

*Balsojums –*

1. Kristīne Gurecka par.
2. Pauls Gureckis – par.
3. Edgars Kviešis – par.
4. Uvis Kronenbergs – par.
5. Ingvars Lerhs – par.
6. Arnis Šefers – par.
7. Uģis Briedis – par.

Valdes sēde slēgta, plkst. 23:00

Sēdes vadītājs: Uldis Krastiņš \_\_\_\_\_ ;

(personiskais paraksts)

(paraksta atšifrējums)

Protokolists: Uldis Krastiņš \_\_\_\_\_ ;

(personiskais paraksts)

(paraksta atšifrējums)