



ФУДБАЛСКИ САВЕЗ ВОЈВОДИНЕ FUDBALSKI SAVEZ VOJVODINE

ПЛАН И ПРОГРАМ СЕМИНАРА СУДИЈА 28. фебруар 2020.године

До 7:45 долазак судија ВФЛ „Југ“ у СЦ ФСС у Старој Пазови

8:00 – 8:45 Лекарски преглед судија

8:45 – 9:45 Провера физичке спремности судија ВФЛ „Југ“

До 8:45 долазак судија ВФЛ „Север“ у СЦ ФСС у Старој Пазови

9:00 – 9:45 Лекарски преглед судија

9:45 – 10:45 Провера физичке спремности судија ВФЛ „Север“

До 9:45 долазак судија ВФЛ „Исток“ у СЦ ФСС у Старој Пазови

10:00 – 10:45 Лекарски преглед судија

10:45 – 11:45 Провера физичке спремности судија ВФЛ „Исток“

До 10:45 долазак судија помоћника СВЕ ТРИ ВФЛ у СЦ ФСС у Старој Пазови

11:00 – 11:45 Лекарски преглед судија помоћника

11:45 – 12:45 Провера физичке спремности судија помоћника СВЕ ТРИ ВФЛ

13:00 – 13:45 Ручак

13:45 – 14:00 Отварање семинара

14:15 – 15:00 Предавање из ПФИ

15:15 – 16:00 Предавање из ПФИ и видео тест ПФИ

16:15 – 17:00 Препоруке судијама за такмичарску сезону и разговор са комесарима

17:00 – 17:15 Саопштавање резултата и затварање семинара

Провера физичке спремности вршиће се на следећи начин:

Судије: 6 x 40 метара (6.0 секунди, одмор 60 секунди)

Интервал тест 40 x 75 метара (15 секунди / 20 секунди ходање)

Помоћне судије:

КОДА тест (10.2 секунди)

5 x 30 метара (4.7 секунди, одмор 30 секунди)

Интервал тест 40 x 75 метара (15 секунди / 22 секунди ходање)