

Prowadzący warsztaty:



Beata Mieńkowska - psycholog terapeuta, praktyk TRE. Uprawiała sport wyczonowo. Pracuje w obszarze psychologii sportu od 35 lat.



Marcin Kwiatkowski - psycholog sportu Polskiego Komitetu Olimpijskiego, właściciel firmy SPORT AND MINDS specjalizującej się w diagnozie, monitoringu i treningu psychomotorycznym, psycholog sportu Centralnego Ośrodka Medycyny Sportowej w Gdyni. W zakresie treningu mentalnego współpracuje ze sportowcami z różnych dyscyplin często na najwyższym szczeblu rozgrywkowym m.in. piłka nożna, sporty motorowe, sporty walki, lekkoatletyka, tenis i inne.

Opracował normy klasyfikacyjne czasów reakcji dla grupy sportowców- nagroda roku „Sportu Wyczonowego”. W ramach projektu „Silna i Odporna Kadra Olimpijska Londyn 2012” współpracował z polskimi olimpijczykami w zakresie diagnozy i treningu psychologicznego, a w ramach programu „OLIMPIJCZYK” z polskimi paraolimpijczykami w przygotowaniu do Igrzysk Paraolimpijskich w Rio de Janeiro 2016. Realizował badania diagnostyczne z zakresu psychologii sportu w ramach programu „Piłkarski Diament” emitowanego na antenie Canal+ Sport i TVP Sport. Jest również wykładowcą akademickim na wielu uczelniach, a także członkiem Prezydium oraz Komisji Testów Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.



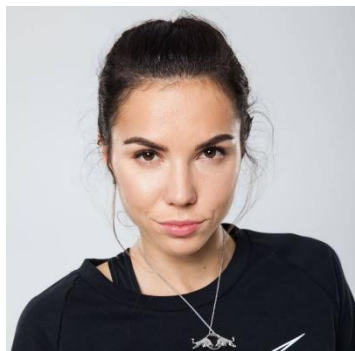
Dariusz Nowicki - licencjonowany psycholog sportu klasy mistrzowskiej PTP i Polskiego Komitetu Olimpijskiego, coach developer, trener. Jest specjalista z zakresu problematyki stresu i treningu mentalnego w sporcie. Obecnie prowadzi firmę konsultingową z zakresu psychologii sportu: Agencja Szkoleniowo-Treningowa Korio. Stale współpracuje z wieloma związkami i komitetami sportowymi m.in. Sekcja Psychologii Sportu Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, Polski Związek Lekkiej Atletyki, Akademia Trenerska (Instytut Sportu,

Warszawa). Był koordynatorem programu przygotowań olimpijskich z zakresu psychologii do Igrzysk Olimpijskich Sydney 2000 i Salt Lake City 2002. Uczestniczył także w Igrzyskach Olimpijskich w roli psychologa całej polskiej reprezentacji w Atenach (2004), sędziego taekwondo w Pekinie (2008), a także w charakterze indywidualnej współpracy z żeglarstwem (Londyn 2012). Posiada również bogate doświadczenie trenerskie w taekwondo zarówno w pracy z kadrą jak i z klubami z udziałem w wielu międzynarodowych zawodach na szczeblu międzynarodowym. Pracował z licznymi medalistami olimpijskimi oraz medalistami Mistrzostw Świata i Europy w sportach indywidualnych. Współpracował też z drużynami sportów zespołowych – piki nożnej i piłki siatkowej. Od 1997 roku regularnie prowadzi też szkolenia i warsztaty zakresu psychologii sportu dla trenerów w Polsce i za granicą.



Paweł Habrat i Łukasz Smolarow - Autorzy Suplementu są członkami sztabu szkoleniowego Lechii Gdańsk. Paweł Habrat pracuje jako psycholog sportowy I zespołu a Łukasz Smolarow jest drugim trenerem. Autorzy współpracowali również wcześniej w sztabach Piotra Stokowca w takich klubach jak Polonia Warszawa, Jagiellonia Białystok, Zagłębie Lubin, są również wykładowcami w Szkole Trenerów PZPN.

Spotkanie ze sportowcem:



Joanna Józwik – polska lekkoatletka, biegaczka średniodystansowa, najczęściej występuje w biegach na 800 metrów. Była zawodniczką KKS Victoria Stalowa Wola, AZS-AWF Warszawa, a obecnie od 2019 jest zawodniczką AZS-AWF Katowice. Jest pięciokrotną mistrzynią Polski na stadionie oraz zdobywczynią wielu medalów na międzynarodowych zawodach. Wielokrotnie brała udział w międzynarodowych mistrzostwach m.in. Mistrzostwach Europy, Mistrzostwach Świata czy Halowych Mistrzostwach Europy. Jej największym osiągnięciem jest zdobycie 5. miejsca na Igrzyskach Olimpijskich w Rio de Janeiro w 2016 roku oraz dwa brązowe medale Mistrzostw Europy. W ostatnim czasie (2021 rok) zdobyła złoty medal podczas zawodów World Athletics Relays w sztafecie 2 x 2 x 400 metrów.