Programi i përgjithshëm i seminarit për trajnerët e gjimnastikës artistike:

DITA 1 Lokacioni: Hotel Sirius		
E SHTUNË – 15/11/2025	**TEMA**	**LIGJËRUESI**
10:00 – 10:15	Hapja zyrtare	Kryetari i FGJK-së
10:15 – 11:00	Safeguarding në gjimnastikë -Roli i trajnerit: etikë, komunikim	Amir Tahiraga
11:00 – 11:45	Ushqimi, gjumi dhe rikuperimi	Faton Tishukaj
12:00 – 12:45	Planifikimi i ushtrimeve dhe trajnimi optimal për fëmijët në rritje	Besim Halilaj
13:00 – 14:00	Pauzë dreke	
14:00 – 14:45	Përgatitja fizike për gjimnastikë	Shkumbin Maqastena
15:00 – 15:45	Metodat për mësimin e elementeve gjimnastikore dhe biomekanika	Arlind Shaqiri

DITA 2 Lokacioni: Salla e gjimnastikës në Pallatin e Rinisë		
E DIELE – 16/11/2025	**TEMA**	**LIGJËRUESI**
10:00 - 13:00	Ndihma e pare pjesa 1	
13:00 – 14:00	Pauzë dreke	SIRIUS
14:00 – 16:00	Ndihma e pare pjesa 2	
16:00	Ndarja e certifikatave për pjesëmarrje	SIRIUS