



HARTADI NOERTJOJO
Ketua Umum PRSI Jawa Tengah

ALBERT C SUTANTO
PB PRSI (Pelatih Tim Indonesia)
Narasumber Utama

FAJAR ADI WIDIARSO, M.SI
Kabid Pembinaan Pemuda dan Olahraga

DEDY YOHANES (LELE)
Ketua PRSI Brebes
Ketua PRSI Penghubung Antar Daerah Jateng

PROGRAM PRSI JAWA TENGAH BERSINERGI DENGAN PRSI BREBES DAN DINDIKPORA BREBES

PELATIHAN PELATIH RENANG KATEGORI C 10-11-12 JUNI 2022

(SKEDUL AKAN DITINJAU ULANG MENYESUAIKAN DENGAN PELAKSANAAN FAI 2022)

TEMPAT : HOTEL GRAND DIAN BREBES, 10-11-12 JUNI 2022 ● NARASUMBER DARI PENGPROV JATENG & PB PRSI

KUOTA TERBATAS 50

PENDAFTARAN BISA DILIHAT DI JATENG FAST CP. 085226515000



PERSATUAN RENANG SELURUH INDONESIA
PENGURUS PROVINSI JAWA TENGAH

Semarang, 12 April 2022

Nomor : 16/PRSIJTG/0422
Perihal : REKOMENDASI Pelaksanaan "Sertifikasi Pelatih Renang Kualifikasi C Provinsi" tahun 2022

Kepada Yth.

Ketua Umum Pengkab PRSI Kabupaten Brebes

Di BREBES

Dengan Hormat.

Menunjuk surat dari pengkab PRSI Kabupaten Brebes nomor 01/PRSI-Bbs/IV/2022 perihal "Permohonan Rekomendasi" untuk pelaksanaan "Sertifikasi Pelatih Renang Kualifikasi C Provinsi" yang sedianya akan dilaksanakan di hotel Grand Dian Brebes pada tanggal 10-12 Juni 2022 <jadwal masih tentative menyesuaikan dengan jadwal FAI 2022 dari PB PRSI> maka berikut ini pengprov PRSI Jawa Tengah memberikan REKOMENDASI serta siap untuk memberikan dukungan demi kelancaran pelaksanaan event tersebut guna kebaikan pembinaan prestasi olahraga renang di Jawa Tengah pada khususnya dan INDONESIA pada umumnya.

Semoga niat baik yang terkandung dalam pelaksanaan event ini akan mendapatkan ridho dari Allah yang Maha Kuasa sehingga akan membawa kemaslahatan bagi komunitas olahraga renang di tanah air.

Sekian dan terimakasih.

Hormat kami,
Ketua Umum



HARTADI NOERTJOJO

Tembusan kepada Yth.

1. PB PRSI di Jakarta
2. Koniprov Jawa Tengah



REGISTERED OFFICE Jl. A. Yani 132B Semarang 50136 Telp. +62 24 8316883 Fax. +62 248316883 E-mail : aity78@yahoo.com Official Website : www.jatengfast.net
All communications should be addressed to the registered office as above



PERSATUAN RENANG SELURUH INDONESIA

PENGKAB PRSI KABUPATEN BREBES

PANITIA PENYELENGGARA SERTIFIKASI PELATIH RENANG LEVEL C PROVINSI JAWA TENGAH

Sekretariat : GOR SASANA KRIDA ADHI KARSA BREBES

Jalan GOR Sasana Krida Adi Karsa No.1 Kabupaten Brebes

A. LATAR BELAKANG

Undang-undang no 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional disebutkan bahwa Pembinaan dan Pengembangan Keolahragaan dilaksanakan melalui tahap : *pengenalan olahraga, pemantauan, pengembangan bakat, peningkatan prestasi (Pasal 21.3)*, salah satunya melalui penataran/pelatihan (Pasal 22) dengan memberikan Sertifikasi untuk menentukan kompetensi tenaga keolahragaan (Pasal 83.1), Sertifikat kompetensi diberikan kepada seseorang sebagai pengakuan setelah lulus uji kompetensi (Pasal 83.3) (Undang-undang no 3 tahun 2005). Berdasar undang-undang tersebut maka sertifikasi bagi pelatih adalah mutlak dilaksanakan mengingat perkembangan ilmu kepelatihan.

Pelatih adalah sosok penting bagi atlet untuk meraih prestasi optimal. Seorang pelatih harus menguasai seluk beluk tentang olahraga yang ditekuninya, mengetahui teknik secara detail sehingga mampu menganalisa kesalahan-kesalahan teknik yang dilakukan atletnya, mampu melatih fisik, mengasah mental, dan menyusun strategi. Termasuk pengetahuan yang harus dimiliki seorang pelatih adalah menyusun program latihan, menguasai peraturan lomba, menyusun menu makanan, dapat berperan sebagai psikolog, guru, teman, dan orangtua.

Namun demikian, diyakini bahwa dalam kondisi saat ini, belum semua pelatih yang terlibat dalam pembinaan olahraga renang di daerah yang sudah fasih untuk menerapkan prinsip-prinsip pelatihan berbasis IPTEK tsb, sehingga dalam hal ini adalah perlu mendapat dukungan wawasan pengetahuan dalam melaksanakan kegiatan kepelatihan sehari-hari. Demikian juga dalam hal dukungan teknik seperti dukungan gizi atlet, layanan psikologi, medis, dan perawatan cedera. Oleh karena itu dipandang amat penting untuk melakukan perubahan kualitas pelatihan dengan cara mengadopsi “high performance program” yaitu suatu program pembinaan atlet yang melibatkan seluruh unsur-unsur pelatihan secara terpadu. Prinsip-prinsip pokok dari program ini antara lain terletak pada aplikasi SPORT SCIENCE yang merupakan “integrasi” antara bidang pelatihan fisik, teknik, taktik dan penyiapan mental juara, serta dengan disertakan suatu sistem pemantauan performa

Bidang kepelatihan telah maju pesat menjadi sangat canggih antara lain karena kemajuan sport science dan manajemen modern, dukungan penuh dari pemerintah dan masyarakat, serta dikemasnya olahraga dalam suatu bingkai sportsmanship. Hal ini tidak lepas dari pandangan kedepan

bahwa prestasi olahraga di ajang internasional akan membawa dampak yang luar biasa pada semangat cinta tanah air Indonesia apabila berkehendak kuat untuk berprestasi optimal pada pentas olahraga internasional, tidak ada cara lain kecuali mengadakan perubahan dalam sistem pembinaan olahraga nasional dengan membuka berbagai opsi dan pendekatan baru. Perubahan yang dimaksud terutama menyangkut berbagai standar yang harus mengacu pada standar internasional, seperti kompetensi pelatih dan tenaga olahraga lainnya, program kepelatihan, penerapan IPTEK olahraga dan tata kelola manajemen olahraga.

Seorang pelatih harus selalu meningkatkan kualitas diri untuk menguasai sport science dengan melalui berbagai cara untuk meningkatkan kualitas diri, sehingga kompetensi pelatih harus dibina dan selalu ditingkatkan. Khususnya dalam cabang olahraga renang pembentukan pelatih renang yang berkualitas dan memiliki kualifikasi yang tinggi dapat dibentuk melalui berbagai cara, seperti mengikuti pelatihan-pelatihan, membaca berbagai macam literatur dan jurnal, berbagi pengalaman dengan pelatih yang lebih senior dan berpengalaman.

Untuk mewujudkan peningkatan kualifikasi dan kualitas Pelatih Renang, Pengprov PRSI Jawa Tengah bekerjasama dengan Pengkab PRSI Kabupaten Brebes bermaksud mengadakan Pelatihan Pelatih Renang Kualifikasi C Daerah.

B. Nama Kegiatan

“Sertifikasi Pelatih Renang Kualifikasi C Provinsi Jawa Tengah”

C. Dasar Kegiatan

Salah satu bentuk usaha cabor renang untuk menunjang program pemerintah dalam pelaksanaan DBON di mana RENANG adalah merupakan salah satu cabor prioritas, serta untuk merealisasikan program kerja pengprov PRSI Jawa Tengah dan pengkab PRSI kabupaten Brebes pada tahun pembinaan 2022.

D. Tujuan Kegiatan

Tujuan dari kegiatan Sertifikasi Pelatih Renang Kualifikasi C Daerah ini adalah untuk :

Meningkatkan Kualitas dan Kuantitas Pelatih Renang di lingkup PRSI Jawa Tengah melalui langkah-langkah sistematis dan strategis dengan cara :

1. Menambah wawasan para pelatih renang tentang mekanika gerak renang yang benar.
2. Meningkatkan keterampilan/skill pelatih renang dalam melatih atlet renang pemula dengan metode yang benar.
3. Memberikan pengetahuan tentang cara menyusun program latihan sesuai dengan iptek.
4. Memberikan pemahaman tentang peraturan lomba renang yang berlaku sesuai dengan pedoman aturan FINA/PRSI yang berlaku dan up-to date.

E. Penanggung Jawab/Panitia Penyelenggara/Pelaksana

Pengprov PRSI Jawa Tengah dan Pengkab PRSI Kabupaten Brebes.

F. Peserta

Peserta kegiatan ini diharapkan diikuti oleh para pelatih yang berada di bawah binaan pengprov PRSI Jawa Tengah beserta pengprov-pengprov lain di seluruh Indonesia bilamana belum memiliki sertifikat Kualifikasi C Provinsi.

G. Tempat dan Waktu Kegiatan

Hotel Grand Dian Brebes, jalan Brebes raya No 100, Brebes, Jawa Tengah
10 - 12 Juni 2022 dan kolam renang LCM (50m) Tirta Kencana Brebes.

H. Anggaran Biaya

Beaya guna mengikuti Sertifikasi Pelatih Renang Kualifikasi C Daerah adalah sebesar **Rp 2.500.000,00 / pelatih.**

Dengan fasilitas meliputi :

- a. Akomodasi di hotel Grand Dian selama 2 (dua) malam.
- b. Konsumsi selama pelaksanaan sertifikasi selama 7x makan 5x coffee break
- c. Uniform Poloshirt Peserta
- d. Transportasi Lokal dari hotel ke tempat praktek di kolam renang.
- e. ID Card, Materi Seminar, Seminar kit dan Piagam Sertifikasi.

I. Ketentuan Persyaratan Administrasi Peserta

Mohon untuk dikirim via e-mail dalam format PDF ke alamat : widya.ayu1982@gmail.com

- a. Mengisi Formulir Pendaftaran (attached).
- b. Menyertakan rekomendasi dari Pengkab/Pengkot PRSI terkait (attached).
- c. File pas photo color.
- d. File KTP.
- e. Surat keterangan dari Klub Renang bahwa sudah melakukan kegiatan sebagai pelatih minimal dalam periode 3 (tiga) bulan (attached).
- f. Copy bukti transfer Rp. 2,500.000 ke rekening PRSI Kabupaten Brebes BRI Cabang Brebes dengan norek : 0014-01-000764-56-0

<untuk point F silakan dikirim ke WA 082226856932 atas nama Agus Susanto, SE>

Batas pembayaran terakhir adalah pada tanggal 20 Mei 2022.

- J. Semua peserta dapat melakukan check in di Grand Dian Hotel pada tanggal 10 Juni 2022 (hari Jumat jam 13.00 WIB) DAN check out pada tanggal 12 Juni 2022 (hari Minggu jam 12.00 WIB)**



PANITIA PENYELENGGARA SERTIFIKASI PELATIH RENANG KUALIFIKASI C
**PENGPROV PRSI JAWA TENGAH dan
PENGKAB PRSI KABUPATEN BREBES**



GRAND DIAN HOTEL BREBES, 10-12 JUNI 2022

| WAKTU | ACARA | PELAKSANA |
|-------|-------|-----------|
|-------|-------|-----------|

| DAY-1 | 10 Juni 2022 | |
|-------------|---|-------------------------------|
| 13.00-15.00 | Check in dan Registrasi Proses | <i>Peserta</i> |
| 15.00-15.30 | Ishoma | <i>Peserta</i> |
| 15.30-17.30 | PEMBUKAN | <i>Panpel</i> |
| 17.30-18.30 | Ishoma - dinner | <i>Peserta</i> |
| 18.30-19.30 | Kebijakan Pengprov PRSI Jateng dan Pemerintah | <i>Ketum PRSI Jawa Tengah</i> |
| 19.30-20.30 | Pre-Test | <i>TEAM TEKNIS PELAKSANA</i> |
| 20.30-21.00 | Penjelasan Teknis Kepelatihan | <i>TEAM TEKNIS PELAKSANA</i> |
| 21.00 | Istirahat | <i>Peserta</i> |

| DAY-2 | 11 Juni 2022 | |
|-------------|---|----------------------------|
| 05.20-06.30 | Olahraga Mandiri | <i>Peserta</i> |
| 06.30-07.30 | Breakfast | <i>Peserta</i> |
| 07.30-09.00 | Basic Bio Mekanika | <i>TRITUNGGAL SETIAWAN</i> |
| 09.00-09.15 | Coffee Break | <i>Peserta</i> |
| 09.15-11.45 | Teori Renang : FREESTYLE - BACKSTROKE | <i>ALBERT C SUTANTO</i> |
| 11.45-12.45 | Ishoma - lunch | <i>Peserta</i> |
| 12.45-15.15 | Teori Renang : BUTTERFLY - BREASTSTROKE | <i>ALBERT C SUTANTO</i> |
| 15.15-15.45 | Coffee Break | <i>Peserta</i> |
| 15.45-16.15 | Dasar-dasar Kepelatihan | <i>ALBERT C SUTANTO</i> |
| 16.15-17.45 | Dasar-dasar Penyusunan Program Latihan | <i>ALBERT C SUTANTO</i> |
| 17.45-19.00 | Ishoma - dinner | <i>Peserta</i> |
| 19.00-20.30 | FINA Rules and Regulation | <i>TRITUNGGAL SETIAWAN</i> |
| 20.30-21.00 | Informasi dari Panpel | <i>PANPEL</i> |
| 21.00 | Istirahat | <i>Peserta</i> |

| DAY-3 | 12 Juni 2022 | |
|-------------|---|------------------------------|
| 05.20-06.00 | Olahraga Mandiri | <i>Peserta</i> |
| 06.00-07.00 | Breakfast | <i>Peserta</i> |
| 07.00-09.00 | Praktek Renang : FREESTYLE - BACKSTROKE | <i>ALBERT C SUTANTO</i> |
| 09.00-09.30 | Coffee Break | <i>Peserta</i> |
| 09.30-11.30 | Praktek Renang : BUTTERFLY - BREASTSTROKE | <i>ALBERT C SUTANTO</i> |
| 11.30-12.30 | Ishoma - lunch | <i>Peserta</i> |
| 12.30-13.30 | Post-Test | <i>TEAM TEKNIS PELAKSANA</i> |
| 13.30-14.00 | PENUTUPAN | <i>PANPEL</i> |

*** Susunan Acara bisa berubah sewaktu-waktu untuk menyesuaikan dengan kondisi lapangan.



PANITIA PENYELENGGARA SERTIFIKASI PELATIH RENANG KUALIFIKASI C
PENGPROV PRSI JAWA TENGAH dan
PENGKAB PRSI KABUPATEN BREBES

GRAND DIAN HOTEL BREBES, 10-12 JUNI 2022
 e-mail address : widya.ayu@gmail.com

FORMULIR PENDAFTARAN PESERTA SERTIFIKASI PELATIH RENANG KUALIFIKASI C - BREBES 2022

Dengan Hormat.

Saya yang bertandatangan di bawah ini menerangkan bahwa :

| | |
|-------------------------------------|--|
| NAMA | |
| No. KTP | |
| Tempat / Tanggal Lahir | |
| Jenis Kelamin | |
| Kebangsaan | |
| Alamat Lengkap | |
| Nomor HP | |
| E-Mail Address | |
| Pendidikan Terakhir | |
| Nama PERKUMPULAN RENANG | |
| Alamat Lengkap Perkumpulan Renang | |
| Pengkab / Pengkot PRSI ter-afiliasi | |

Demikian DATA ini saya sampaikan dengan sebenar-benarnya untuk keperluan sebagai syarat mengikuti event SERTIFIKASI PELATIH RENANG KUALIFIKASI C yang diselenggarakan oleh Pengprov PRSI Jawa Tengah di kabupaten Brebes.

Jika ada suatu kesalahan dalam pengisian data ini maka saya bersedia bertanggungjawab sesuai dengan aturan dan ketentuan yang akan diberikan oleh PRSI sebagai konsekuensinya.

MENGETAHUI
 Pengkab / Pengkot PRSI

'..... 2022

PELATIH :

(.....)



PANITIA PENYELENGGARA SERTIFIKASI PELATIH RENANG KUALIFIKASI C
PENGPROV PRSI JAWA TENGAH dan
PENGKAB PRSI KABUPATEN BREBES

GRAND DIAN HOTEL BREBES, 10-12 JUNI 2022

e-mail address : widya.ayu@gmail.com

FORM REKOMENDASI PESERTA SERTIFIKASI PELATIH RENANG KUALIFIKASI C - BREBES 2022

Dengan Hormat.

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

| | |
|----------------|--|
| NAMA | |
| No. KTP | |

Sebagai Ketua PERKUMPULAN RENANG / SEKOLAH

Memberikan REKOMENDASI kepada :

| | |
|----------------|--|
| NAMA | |
| No. KTP | |

Untuk mengikuti event SERTIFIKASI PELATIH RENANG KUALIFIKASI C Jateng dengan persyaratan umum bahwa ybs minimal memiliki pengalaman melatih selama 3 (tiga) bulan di perkumpulan renang / sekolah tsb di atas.

Demikian DATA ini saya sampaikan dengan sebenar-benarnya.

..... 2022

Hormat kami
PEMBERI REKOMENDASI

(.....)