



ČESKÝ SVAZ KARATE

TRENÉRSKO-METODICKÁ KOMISE

E-mail TMK: tmk@czechkarate.cz

Nad Kapličkou 17, Praha 10, 100 00, Tel. +420 608 678 848, TMK: 603 790 154

POZVÁNKA

Hlavní školení všech trenérských tříd 2018 (7 kreditů)

- kurz specializace pro trenéry I. třídy
- školení trenérů II. třídy (doškolení trenérů II. třídy)
- školení trenérů III. třídy (doškolení trenérů III. třídy)

Termín: 22. 6. 2018 - 24. 6. 2018

Místo konání: Fakulta tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy
Josef Martího 31, Praha 6 - Veleslavín

Čas: - Presentace: pátek 22. 6. 2018 v 16:30 hod (vestibul FTVS UK)
- zahájení školení pátek 22. 6. 2018 v 17,00 hod

Přihlášky: zasílejte do 15. 6. 2018 na e-mail: tmk@czechkarate.cz

Poplatky: 2.000,-Kč (splatné na místě)

Poznámka: Formou semináře se mohou tohoto školení zúčastnit i ostatní členové ČSKe.

Ubytování: 1) hostel UK FTVS (<http://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-169.html>)
2) hotel Krystal (<http://hotel-krystal.eu/>)

Podmínky k udělování trenérských licencí dle trenérsko-metodické směrnice 2018.

S Pozdravem,

PaedDr. Michal Hrubý Ph.D.
předseda TMK ČSKe





ČESKÝ SVAZ KARATE

TRENÉRSKO-METODICKÁ KOMISE

E-mail TMK: tmk@czechkarate.cz

Nad Kapličkou 17, Praha 10, 100 00, Tel. +420 608 678 848, TMK: 603 790 154

Předběžný program: (změna vyhrazena)

Pá	17- 18	18-19	19-20
	Zahájení školení, otázky na TMK, vysvětlení směrnic		první pomoc
22.6.	Michal Hrubý	Jiří Chvojka	

	8 - 9	9 - 10	10 - 11	11 - 12	12 - 13	13 - 14	14 - 15	15 - 16	16 - 17	17- 18
So		kompenzace ve sportu		Výživa sportovce		Kondiční trénink		Kondiční trénink		
23.6.		Pavel Hráský		Klára Coufalová		Vladimír Hojka		Vladimír Hojka		
Ne		Metodika kumite		Metodika kumite		Vedení a propagace klubu		TEST		
24.6.		Petr Beníšek		Petr Beníšek		Petr Beníšek				

Pátek 22.6. 17:00 – 20:00

- Úvod do školení, dotazy na TMK, vysvětlení směrnice, vize vzdělávání trenérů
- První pomoc s možností praktického vyzkoušení CPR – přednáška/cvičení

Sobota 23.6. 9:00 – 16:30

- Svalové dysbalance, diagnostika a jejich kompenzace ve sportu – přednáška/cvičení
- Výživa sportovce - přednáška
- Kondiční trénink – teorie a metodika rozvoje výbušné síly, agility cvičení – cvičení

Neděle 24.6. 9:00 – 16:00

- Metodika sportovního boje – přednáška
- Geri waza v kumite: principy, nácvik, metodické řady, evoluce a inspirační zdroje – cvičení
- Praktické využití tréninkových pomůcek v tréninku kumite - cvičení
- Vedení a propagace klubu, zdroje financování, evidence čl.základny atd. – přednáška
- Závěrečný test

Český svaz karate

sídlo a korespondence:
Nad Kapličkou 3378/17
100 00 Praha 10

IČO: 00540897

č.ú.: 1750206504/0600
tel.: +420 608 678 848
e-mail: info@czechkarate.cz