

V Praze 22.10.2018

## **PROGRAM HLAVNÍHO ŠKOLENÍ TMK ČSKe - BRNO 23.11. - 25.11.2018**

**pátek 23.11.2018** - prezentace 16,30 hod, zahájení 17,00 hod, místo Sport a karate centrum, Čichnova 23a, Brno Komín

**PRAXE** - Jaromír MUSIL, více-prezident pro sport ČSKe  
Kihon, kihon ido a rozdílnost technik podle jednotlivých stylů

**sobota 24.11.2018** - teorie, posluchárny FSS MU Brno, Kamenice 753/5, 62500 Brno

**TEORIE** - 09,00 - 11,00 hod

**PhDr. Jan CACEK, Ph.D.** - Využití plyometrického a excentrického tréninku v karate

11,00 - 12,30 hod

**Ing. Iva HRNČIŘÍKOVÁ, Ph. D.** - Redukce do hmotnostních kategorií.

### **OBĚD**

13,30 - 15,00 hod

**Mgr. Tomáš KALINA** - Vytrvalostní trénink. Jak na něj v karate.

15,00 - 16,30 hod

**Mgr. Ivan STRUHÁR, Ph.D.** - Diagnostika v karate.

16,30 - 18,00 hod

**Pavel HARSA** - Význam psychologické přípravy v tréninkovém procesu karate

**neděle 25.11.2018** - Sport a karate centrum, Čichnova 23a, Brno Komín

**PRAXE** - Michal HRUBÝ, Jaromír MUSIL, atd.  
Pravidla karate WKF, formy rozhodování, závodní situace

S pozdravem

PaedDr. Michal Hrubý, Ph.D.  
předseda TMK ČSKe

