Školení trenérů IV. třídy
Vendryně

DATUM: **3. – 13. 10. 2024**
MÍSTO: Vendryně
ADRESA: Sportovní areál Vendryně
Vendryně 1017

ŠKOLITELÉ: Jiří Kudrna (Coach Level One, Coach Level One Tutor)
Michal Viest (Coach Level Two, Shuttle Time Tutor)

PŘEDBĚŽNÝ ČASOVÝ HARMONOGRAM:

Čtvrtek 3. 10. 2024	19:00 - 21:00 **online** (odkaz bude zaslán)
Sobota 12. 10. 2024	8:30 - 18:30
Neděle 13. 10. 2024	9:00 - 15:30

PŘIHLÁŠKY: pouze přes Informační systém ČBaS (dále jen IS)
https://www.czechbadminton.cz/treneri-a-vzdelavani/skoleni-pro-trenery
do 29. 9. 2024. Pokud nejste v IS či Vám nebylo 18 let a nedaří se Vám přihlásit, kontaktujte přímo Elišku Maixnerovou (kontakt na konci strany).

Minimální počet účastníků je 16. Maximální počet účastníků je 24. Případné náhradníky budeme informovat o uvolnění místa.

POPLATEK: **1.500,– Kč** ideálně pomocí nového IS (sekce ekonomika, kde budou informace po deadline uveřejněny). Pokud by byly problémy, kontaktuje Elišku Maixnerovou.

REGISTRACE: po školení je třeba uhradit poplatek za zavedení trenérské licence dle aktuálního sazebníku ČBaS. K tomu je třeba provést registraci.
S ohledem na nový IS, Vás budeme informovat o tom, jak tyto dva kroky udělat.
PRO KOHO JE ŠKOLENÍ URČENO: Školení je zaměřeno na základy trenérské práce v badmintonu. Je určené pro zájemce, kteří s trenérstvím začínají a rádi by se v této oblasti dále vzdělávali. Absolvováním školení včetně úspěšného složení závěrečného testu získá trenér IV. trenérskou třídu.
Minimální věk účastníků je 16 let v době konání praktické části.

ODHLÁŠKY a další informace: Mgr. Eliška Maixnerová, Ph. D.
E-mail: lektorskarada@czechbadminton.cz **Tel**: 721 490 259

Školení trenérů IV. třídy Vendryně

Speciální část

Organizace a struktura ČBaS
Zdroje informací (pravidla, soutěžní řád, názvosloví, metodické materiály, kvalifikace trenérů)
Technické vybavení (vyplétání, vybavení)
Motorické dovednosti, superkompenzace
Tělesná příprava, rozcvička, reakční rychlost a frekvenční pohybové cvičení, cvičení na kontrolu pohybu, zklidnění po výkonu (aerobní cvičení), kondiční příprava hráče
Biomechanické principy, biomechanika úderů a pohybu v badmintonu
Pohybové dovednosti (složky badmintonového pohybu, aktivační krok, pohybové vzorce)
Technika úderů (držení rakety a jeho změny, podání, příjem, údery v přední, střední a zadní části kurtu)

Obecná část

Zdravověda (prevence úrazu, základy regenerace, vliv tréninku na organismus, první pomoc, bezpečnost a ochrana zdraví při tréninku)
Základy anatomie a fyziologie
Motivace a zpětná vazba

Zakončení

Písemný test