

Liberecký svaz karate ČSKe z.s.
IČO: 28553632
Děčínská 92, Dolní Libchava,
470 01 Česká Lípa

(+420) 606 842 983

karate.polak@seznam.cz

www.libereckekarate.cz



Školení trenérů LSKe ve spolupráci s TMK ČSKe (4 kredity)

Téma: Trénink karate pro věkovou skupinu 12-15let (starší žactvo, dorost)

Vážení trenéři,

Dovoluji si vás pozvat na školení trenérů, které se uskuteční 28.-29.8.2021 v Jablonci. Školení je určeno pro všechny třídy trenérů v rámci **kreditního systému** vzdělávání trenérů ČSKe.

Lektorský sbor

- PhDr. Adam Zdobinský – trenér I.třídy UK FTVS/ akademický pracovník UK FTVS (Teoretická část + kondiční příprava)
- Ing. Ondřej Musil, Ph.D. – trenér I.třídy UK FTVS/ člen výkonného výboru ČSKe (Praktická část – zaměření kumite + Teoretická část – historie karate)
- Ing. Jan Drobeček – člen komise reprezentace JKA ČR (Praktická část – zaměření kata)

a další (bude doplněno)

Místo konání: Pražská 4200/20, Jablonec nad Nisou – zvonit na „tělocvična KABU“

Datum školení: 28.-29.8.2021

Poplatek školení: Členové Libereckého svazu karate – 400,-
Ostatní – 800,-

Přihlášky: Elektronicky v databázi ČUBU, splatné na místě

Program školení trenérů

SOBOTA

09.30 – 10.00 Teorie – Úvod do problematiky/ specifika karate a věkové skupiny

10.00 – 11.00 Teorie – Kondiční trénink pro děti ve věku 12-15 let

14.00 – 15.00 Praxe – Kondiční trénink pro děti ve věku 12-15 let

15.30 – 17.00 Praxe – Trénink kata pro děti ve věku 12-15 let

17.00 – 18.30 Praxe – Trénink kumite pro děti ve věku 12-15 let

NEDĚLE

09.30 – 10.30 Teorie – Historie karate

10.30 – 12.00 Teorie – Téma bude doplněno