

Program školení

Sobota

8.00 – 8.30	Příjezd účastníků a prezentace	
9.00 – 10.30	Úvod Etapy sportovního tréninku	Mgr. Renáta Vesecká
11.00 – 12.00	Řízení sportovního tréninku	Mgr. Renáta Vesecká
13.30 – 15.30	Základy anatomie, fyziologie pohybového systému Zdravotní aspekty	MUDr. Ladislav Froněk MUDr. Ladislav Froněk
16.00 - 18.00	Praktická část (racionální vedení pohybových aktivit při bojových sportech)	MUDr. Ladislav Froněk

Neděle

8.30 – 10.00	Praktická část (vedení tréninkové jednotky)	Mgr. Renáta Vesecká
10.30 – 11.30	Struktura sportovního výkonu v kickboxu	Mgr. Renáta Vesecká
12.00	Závěrečný test	