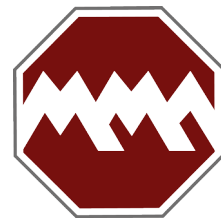




# Školení a doškolení trenérů III. třídy v KICKBOXU a MMA



**Termín:** 3. – 4. 11. 2018

**Místo konání:** TJ KOVO, Nad Kapličkou 12/3324, Praha 10  
(<http://goo.gl/maps/yUZ35>)

**Podmínky účasti:**

- dovršený věk 18 let
- člen ČSFu nebo ČSMMA

**Poplatek za školení:** 2 000 Kč

**Poplatek za doškolení:** 500 Kč

(v ceně není ubytování ani stravování – pořadatel nezajišťuje)

**Uzávěrka přihlášek:** 26. 10. 2018

**Podání přihlášky:**

- příslušnou částku poukažte na účet č.: 154 961 840 / 0600 (variabilní symbol uveďte rodné číslo před lomítkem a do zprávy pro příjemce uveďte vaše jméno)
- vyplněnou přihlášku (na straně 3) zašlete na email: [bojova.umeni@seznam.cz](mailto:bojova.umeni@seznam.cz)

**Náplň školení trenérů:**

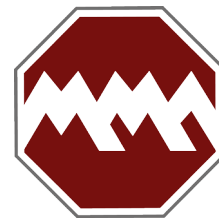
- 1) Teoretická část
  - a) sportovní trénink:
    - etapy sportovního tréninku
    - řízení sportovního tréninku
    - složky sportovního tréninku
    - struktura sportovního výkonu
  - b) zdravotní aspekty:
    - prevence úrazů
    - první pomoc
  - c) sportovně právní problematika a osoba trenéra
- 2) Praktická část
  - trénink zaměřený na tréninkovou jednotku a její složky
  - ukázka metod rozvoje jednotlivých složek pohybových schopností

**Platnost licence:** 5 let

**Další informace: Mgr. Renáta Vesecká, tel: 774 649 339**



# Školení a doškolení trenérů III. třídy v KICKBOXU a MMA



## PROGRAM ŠKOLENÍ

### Sobota

08:00 – 08:30	Příjezd účastníků a prezentace	
08:30 – 10:00	Etapy sportovního tréninku Řízení sportovního tréninku	Mgr. Renáta Vesecká
10:30 – 12:00	Sportovně právní problematika a osoba trenéra	JUDr. Michal Frabša
13:00 – 14:00	Základy anatomie, fyziologie pohybového systému	MUDr. Ladislav Froněk
14:30 – 15:30	Zdravotní aspekty	MUDr. Ladislav Froněk
16:00 – 17:30	Praktická část – racionální vedení pohybových aktivit v bojových sportech	MUDr. Ladislav Froněk

### Neděle

08:30 – 09:30	Praktická část – vedení tréninkové jednotky	Mgr. Renáta Vesecká
10:00 – 11:00	Struktura sportovního výkonu v kickboxu a MMA	Mgr. Renáta Vesecká
12:00 – 13:00	Závěrečný test	

## PROGRAM DOŠKOLENÍ

(na doškolení se může přihlásit pouze současný držitel trenéra III. třídy - prodloužení platnosti licence)

### Neděle

09:30 – 10:00	Příjezd účastníků a prezentace	
10:00 – 11:00	Struktura sportovního výkonu v kickboxu a MMA	Mgr. Renáta Vesecká
12:00 – 13:00	Závěrečný test	

Každý úspěšný absolvent školení či doškolení trenéra III. třídy obdrží obě licence:

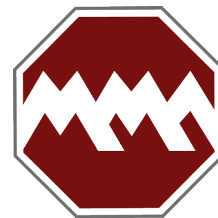
**TRENÉR III. TŘÍDY V KICKBOXU (vydává ČSFu)**

**TRENÉR III. TŘÍDY V MMA (vydává ČSMMA)**

(Platnost každé licence je 5 let)



# Školení a doškolení trenérů III. třídy v KICKBOXU a MMA



## Závazná přihláška na školení a doškolení trenérů III. třídy v KICKBOXU a MMA 3. – 4. 11. 2018

Jméno a příjmení: .....

Dat. nar.: .....

Bydliště: .....

Klub: .....

Email: .....

Tel.: .....

**Závazně se přihlašuji na (zakroužkujte):**

**ŠKOLENÍ (2 000 Kč)**  
(nemám žádnou trenérskou licenci)

**DOŠKOLENÍ (500 Kč)**  
Číslo trenérské licence:  
.....

Datum: ..... Podpis: .....

**Další informace: Mgr. Renáta Vesecká, tel: 774 649 339**