

Školení trenérů IV. třídy

Termín : 9. – 10. 11. 2013

Místo konání:

Tělocvična Střední pedagogické školy v Drahovicích, Lidická ulice, Karlovy Vary.

Lektor: Jan Segeč – trenér II. třídy

Časový rozpis **9. 11. 2013**

09,00 – 09,30 Úvod.
09,30 – 11,30 Koordinace, pohyblivost, badmintonové hry.
11,30 – 12,30 Polední přestávka.
12,30 – 14,30 Pohyb po kurtu.
14,30 – 15,00 Přestávka.
15,00 – 17,00 Držení rakety a základní údery.

10. 11. 2013

09,00 – 11,00 Specifika tréninku dětí.
11,00 – 12,00 Polední přestávka.
12,00 – 14,00 Základy kondičního tréninku.
14,00 – 15,00 Závěrečné shrnutí, rozdělení témat k praktické zkoušce, diskuze.

Cena školení bude upřesněna dle počtu přihlášených.

Příhlášky na jsegec@centrum.cz nejpozději do 5. 11. 2013.

Školení se bude konat při minimálním počtu osmi účastníků.

Součástí školení bude praktická zkouška a test, jehož termín bude upřesněn.

20. 10. 2013

Jan Segeč
TMK ZpčBas