Určeno pro
Trenéři ČSKe a členská veřejnost ČSKe_16_TMK

HLAVNÍ ŠKOLENÍ TMK ČSKe

KUMITE PRAHA 2026

6. až 8. listopadu 2026

Školení je určeno trenérům ČSKe s licencí A, B a C v rámci kreditního systému vzdělávání trenérů. Sobotní praktický seminář kumite je otevřen také závodníkům. Páteční a nedělní přednáška proběhnou online pro všechny účastníky školení.

Pořadatel	Trenérsko-metodická komise Českého svazu karate
Místo konání	FTVS UK Praha, úpolová tělocvična v bloku F José Martího 269/31, 162 52 Praha 6
Online část	Pátek 6. 11. a neděle 8. 11. 2026
Trenéři	1 500 Kč za celé třídenní školení
Sobotní seminář	600 Kč za samostatnou sobotní účast

Harmonogram akce školení TMK ČSke

Pátek 6. listopadu 2026

18:00–20:00 Online přednáška

Ekologická dynamika a kumite

Lektor: PaedDr. Michal Hrubý, Ph.D.

Vnímání situace a rozhodování v kumite; využití podmínek úlohy, prostoru a soupeře při tvorbě tréninkových cvičení.

Sobota 7. listopadu 2026

Praktický seminář kumite na FTVS UK Praha

Lektor: Antonio Califano

10:00–12:00	Dopolední	blok	kumite
14:00–16:00	Odpolední	blok	kumite
16:00–17:00	Reflexe		tréninku

17:00–18:30 Celorepublikové zkoušky STV

Neděle 8. listopadu 2026

10:00–12:00 Online přednáška pro všechny účastníky školení

Fyziologie sportovního výkonu

Lektor: prof. PharmDr. Petr Babula, Ph.D.
Fakulta sportovních studií Masarykovy univerzity v Brně

Sobotní praktický seminář kumite

7. listopadu 2026 FTVS UK Praha Antonio Califano

Dopolední blok

Technické a metodické principy kumite

10:00–12:00 Délka 120 minut

– Aktivace organismu, přípravné protažení a příprava na specifickou zátěž.

– Základní principy moderního sportovního kumite a jejich metodické uchopení.

– Technika úderů a kopů: klíčové body správného provedení, nejčastější chyby a jejich korekce.

– Bojový postoj a kryt, stabilita, rovnováha a koordinace.

– Pohyb a přesuny po tatami: práce se vzdáleností, změny směru, načasování a efektivita pohybu.

12:00–14:00 Přestávka na oběd a odpočinek

Odpolední blok

Praktická aplikace tréninkových metod

14:00–16:00 Délka 120 minut

– Technické a koordinační nácviky ve dvojicích.

– Metodické postupy a cvičení ve trojicích.

– Skupinová cvičení zaměřená na rozvoj techniky, reakce, načasování a prostorové orientace.

– Postupné zvyšování obtížnosti od základního provedení po modelové bojové situace.

– Aplikace nacvičených technik a principů v řízeném kumite.

16:00–17:00 Reflexe tréninku

Společná reflexe tréninkových bloků a diskuse o využití v praxi.

17:00–18:30 Celorepublikové zkoušky STV

Zkušební komise: PaedDr. Michal Hrubý, Ph.D., Ing. Zdeněk Kubalík a Iva Jandová.

Přihlášení a organizační informace

Přihlášky prostřednictvím databáze ČSKe: databaze.czechkarate.cz

Termín otevření přihlášek a uzávěrka budou upřesněny. V přihlášce uveďte celé třídenní školení, nebo samostatnou sobotní účast (trenér-závodník).

Odkazy na online přednášky a pokyny k připojení budou zaslány registrovaným účastníkům před konáním školení. Účastníci odpovídají za včasné přihlášení k online části.

Na praktickou část doporučujeme karate gi, vlastní chrániče pro kumite, pití a potřeby pro zapisování poznámek.

Český svaz karate z.s.
Kyjovská 1983/1, Krč
142 00 Praha 4

IČ: 00540897
t: +420 720 750 104
e: info@ceskekarate.cz

ceskekarate.cz

Hlavní lektor sobotního semináře

ANTONIO CALIFANO

Antonio Califano je italský trenér kumite, bývalý trenér italské reprezentace a hlavní trenér klubu Shirai San Valentino. Pod jeho vedením dosáhli závodníci klubu řady mezinárodních úspěchů v soutěžích dospělých i mládeže. Jeho trenérská filozofie zdůrazňuje precizní techniku, správné pohybové návyky a systematickou přípravu závodníků. Vystudoval stavební inženýrství na Univerzitě v Salernu a ve své práci propojuje analytický přístup s metodikou sportovního tréninku. Je držitelem Stříbrné palmy za zásluhy Italského národního olympijského výboru CONI.

Mezinárodní úspěchy závodníků klubu

Medailová bilance uvedená v podkladech k semináři

Soutěž WKF	Počet medailí
WKF Premier League	37
WKF Youth World Cups	43
Mistrovství světa	13
Mistrovství Evropy	33

Olympijské a multisportovní soutěže

– 2018 – Olympijské hry mládeže: bronzová medaile.

– 2019 – Evropské hry: bronzová medaile.

– 2021 – Olympijské hry v Tokiu: účast závodníka klubu.

– 2022 – Světové hry World Games: bronzová medaile.

– 2023 – Evropské hry: stříbrná a bronzová medaile.

Odesláním přihlášky prostřednictvím databáze ČSKe se účastník zavazuje k úhradě účastnického poplatku i v případě neúčasti. Odhlášení je možné ve stanoveném termínu prostřednictvím databáze. Žádost o vrácení poplatku ze zdravotních důvodů je nutné doložit lékařským potvrzením do 10 dnů od konání akce na sekretariát svazu.

TMK ČSKe

PaedDr. Michal Hrubý, Ph.D.

předseda Trenérsko-metodické komise ČSKe

Český svaz karate z.s.
Kyjovská 1983/1, Krč
142 00 Praha 4

IČ: 00540897
t: +420 720 750 104
e: info@ceskekarate.cz

ceskekarate.cz