

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



Společné školení trenérů a rozhodčích LSKe

ve spolupráci s TMK ČSKe (ohodnoceno 4 kredity)

Vážení trenéři,

Dovoluji si vás pozvat na společné školení trenérů a rozhodčích libereckého svazu karate, které se uskuteční 20.-21.6.2020 v České Lípě. Školení trenérů bude zaměřeno především na práci s dětmi do 11let a je určeno pro všechny třídy trenérů v rámci **kreditního systému** vzdělávání trenérů ČSKe.

Lektorský sbor

- Mgr. Adam Zdobinský – trenér I.třídy UK FTVS/ akademický pracovník UK FTVS (Teoretická část + kondiční příprava)
- Ing. Richard Růžička – trenér I.třídy UK FTVS/ člen komise reprezentace ČSKe (Praktická část – zaměření kata)
- Petra Piskačová – trenér I.třídy UK FTVS/ hlavní trenérka státní reprezentace ČSKe (Praktická část – zaměření kumite)

a další

Místo konání: Střední průmyslová škola, Havlíčkova 426, 470 01 Česká Lípa

Datum školení: 20.-21.6.2020

Poplatek školení: Nové krajské licence LSKe– 600,-

Prodloužení krajské licence LSKe – 300,-

Nečlenové Libereckého svazu karate (4 kredity) – 600,-

Přihlášky: Elektronicky v databázi ČUBU, splatné na místě

Program školení trenérů

SOBOTA

- 9.00 – 10.00 Teorie – Disciplíny karate WKF/ soutěže beginner (společné pro rozhodčí a trenéry)
- 10.15 – 11.30 Teorie – Kondiční schopnosti a fáze přípravy/specifika karate a věkové skupiny
- 11.30 – 14.00 Obědová pauza
- 14.00 – 15.15 Teorie – Trénink karate pro děti do 11ti let/vedení tréninku, didaktika a pedagogika
- 15.30 – 16.30 Praxe – Trénink kondičních schopností pro děti do 11ti let
- 16.30 – 17.00 Pauza
- 17.00 – 18.00 Praxe – Trénink kihon a kata pro děti do 11ti let

NEDĚLE

- 9.00 – 10.00 Teorie – Zdravověda, první pomoc
- 10.15 – 11.30 Praxe – Trénink kumite pro děti do 11ti let
- 11.30 – 14.00 Obědová pauza
- 14.00 – 15.15 Závěrečné testy a vyhodnocení (krajské licence LSKe)