



CSMMA
Český svaz MMA

Školení trenérů III. třídy MMA

Termín: 20. – 21. 11. 2021
(příjezd sobota 8:00 – 8:30)

Místo konání: Zimní stadion Příbram, Legionářů 378, PŘÍBRAM

Opatření: V případě nepovolení prezenční výuky, bude školení probíhat on-line.

Podmínky účasti:

- dovršený věk 18 let
- člen ČSMMA

Poplatek za školení: 2 000 Kč
(cena nezahrnuje ubytování ani stravování – pořadatel nezajišťuje)

Uzávěrka přihlášek: 10. 11. 2021

Podání přihlášky: on-line na stránkách <https://www.cubu.info/cesky-svaz-mma>
(přihlásit účastníky může předseda nebo správce klubu)

Náplň školení trenérů:

- 1) Teoretická část
 - a) sportovní trénink:
 - dlouhodobá koncepce sportovního tréninku
 - etapy sportovního tréninku
 - specifika přípravy dětí
 - struktura sportovního výkonu
 - b) zdravotní aspekty:
 - prevence úrazů
 - první pomoc
 - základy anatomie, fyziologie pohybového systému
 - c) sportovně právní problematika a osoba trenéra
- 2) Praktická část
 - vedení tréninkové jednotky
 - racionální vedení pohybových aktivit v MMA

Platnost licence: 5 let

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



**NÁRODNÍ
SPORTOVNÍ
AGENTURA**



IMMAF
INTERNATIONAL MIXED MARTIAL ARTS FEDERATION

Doškolení trenérů III. třídy MMA

(prodloužení nebo obnovení licence trenéra III. třídy MMA)

Termín: 21. 11. 2021
(příjezd neděle 8:15 – 8:30)

Místo konání: Zimní stadion Příbram, Legionářů 378, PŘÍBRAM

Podmínky účasti:

- dovršený věk 18 let
- člen ČSMMA
- držitel licence trenéra III. třídy MMA

Poplatek za školení: 500 Kč
(cena nezahrnuje ubytování ani stravování – pořadatel nezajišťuje)

Uzávěrka přihlášek: 10. 11. 2021

Podání přihlášky: on-line na stránkách <https://www.cubu.info/cesky-svaz-mma>
(přihlásit účastníky může předseda nebo správce klubu)

Platnost licence: 5 let

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



PROGRAM

SOBOTA (20. 11. 2021)

- 8:00 – 8:30 Příjezd účastníků školení, prezentace
- 8:30 – 10:15 *Mgr. Renáta Vesecká:*
Dlouhodobá koncepce sportovního tréninku
Etapy sportovního tréninku
- 10:30 – 11:30 *Mgr. Renáta Vesecká:*
Specifika sportovní přípravy dětí
- 13:00 – 14:00 *Mgr. Renáta Vesecká:*
Praktická část – vedení tréninkové jednotky
- 14:00 – 15:30 *MUDr. Ladislav Froněk:*
Základy anatomie, fyziologie pohybového systému
- 15:30 – 16:30 *MUDr. Ladislav Froněk:*
Zdravotní aspekty
- 16:30 – 18:00 *MUDr. Ladislav Froněk:*
Praktická část
Racionální vedení pohybových aktivit v bojových sportech

NEDĚLE (21. 11. 2021)

- 8:15 – 8:30 Příjezd účastníků školení a doškolení, prezentace
- 8:30 – 9:30 *Mgr. Renáta Vesecká:*
Struktura sportovního výkonu v bojových sportech
- 9:30 – 11:00 *JUDr. Michal Frabša:*
Sportovně právní problematika a osoba trenéra
- 11:30 – 12:00 Závěrečný test
- 12:00 – 13:30 Vyhodnocení, závěr

