

Česká asociace squashe pořádá

ŠKOLENÍ TRENÉRŮ SQUASHE III.TŘÍDY

Školitel Dominik Šácha. Tento kurz je současně zařazen do systému trenérských tříd udělovaných evropskou federací. Úspěšní účastníci získají současně s třídou ČASQ také evropskou trenérskou třídu ESF L1.

Datum: 27. - 30. listopadu 2014 (čtvrtek-neděle). Školení se uskuteční jen při účasti minimálně 5 zájemců

Časový plán: zahájení 27. října 10:00 hodin
ukončení 30. října cca 17:00 hodin

Náplň kurzu: Obsah třetí trenérské třídy odpovídá předpisu „Systém trenérských tříd ČASQ 2012“

- zopakování základů v rozsahu náplně kurzu IV. třídy
- propracování techniky úderů, pohybu po kurtu
- organizace tréninkové jednotky
- realizace tréninkové jednotky
- trénink dospělých začátečníků a rekreačních hráčů
- trénink juniorů
- příprava před tréninkem a činnost po tréninku
- tréninkové a herní systémy, taktika hry
- plánování a vyhodnocení tréninkové přípravy hráče, fáze přípravy
- fyzická příprava, anaerobní trénink, trénink rychlosti a obratnosti a výdrže
- organizace krátkodobé přípravy, soustředění
- organizace celoroční přípravy hráče
- pravidla a bodování, základy rozhodování situací při hře
- základy výživy a pitný režim

Zaměření: Školení je určeno pro trenéry, kteří se věnují výcviku juniorů i dospělých se zaměřením na trénink jednotlivců ve sportovních centrech.

Požadavky: Účastník kurzu musí velmi dobře ovládat základy squashe, mít správnou techniku úderů a pohyb po kurtu. Důležité jsou znalosti základní terminologie a pedagogické schopnosti své znalosti předat dále. Pro přijetí na školení je nutné doložit písemné potvrzení o předepsané praxi a certifikát nižší trenérské třídy. Praktické dovednosti ověří lektor na začátku školení, v případě, že účastník nesplní základní předpoklady, nebude mu umožněno školení absolvovat.

Místo konání: Sportovní centrum Chrupa, Krejnická 2021, Praha 4 www.chrupa-sport.cz

Cena kurzu: 4.500,- Kč

Přihlášky: Elektronickou poštou na adresu janroll@seznam.cz nejpozději do 23.11.2014. Podmínkou zařazení do kurzu je úhrada poplatku na účet ČASQ nejpozději do 23.11.2014 na č. ú. : 107-2923330277/0100, VS = ID v systému ČASQ (usr00xxxx).

Obsah přihlášky: Jméno a příjmení, ID člena ČASQ, datum narození, adresa, mateřský klub nebo centrum, tel. kontakt uchazeče, mailová adresa, potvrzení o předepsané praxi, kopie certifikátu nižší trenérské třídy.