

Pozvánka na trenérský seminář (SC Nymburk, 1. - 2. května 2018)



Vážení trenéři,

rádi bychom navázali na úspěšný únorový workshop, a proto vás zveme na letošní druhý seminář s dánským trenérem Steffenem Rasmussenem. Seminář se opět uskuteční u příležitosti reprezentačního soustředění juniorů v Nymburce.

Budete mít možnost zhlédnout 5-6 tréninkových jednotek s reprezentanty, absolvovat přednášku s názornou ukázkou věnovanou dánskému pojetí úderové a pohybové techniky a při společné diskusi řešit badmintonová témata, která vás budou zajímat.

Seminář bude zaměřen na koncept rozvoje pohybu a techniky v badmintonu a bude doplněn o praktická cvičení, jejichž prostřednictvím budou moci trenéři tento koncept lépe pochopit.

Součástí semináře bude přednáška Martina Košťála, kondičního trenéra ČBaS. TMK ve spolupráci s M. Košťálem a centrem VITAL Praha dlouhodobě vyhodnocuje kondiční připravenost českých badmintonistů (testování reprezentantů, tréninkové deníky, ...).

Přednáška nejprve zanalyzuje současný stav kondiční připravenosti českých hráčů a označí její největší slabiny. Následně M. Košťál navrhne doporučení, jak aktuální stav s ohledem na potřeby moderního badmintonu zlepšit. Prostor bude i pro následnou diskusi s dotazy.

Předběžný program (detailně bude upřesněn na místě)

Úterý 1. 5.

- příjezd a zahájení před druhou tréninkovou jednotkou od 10:30, pro zájemce již od 9:00
- 9:00 - 12:00 – první a druhá tréninková jednotka
- oběd
- 14:00 - 15:30 – přednáška s názornou ukázkou 1. část
- 16:00 - 18:00 – třetí tréninková jednotka
- večeře
- 19:00 - 19:45 – diskuse se Steffenem Rasmussenem
- 20:00 – 21:30 – přednáška Martina Košťála

Středa 2. 5.

- snídaně
- 9:00 - 12:00 – čtvrtá a pátá tréninková jednotka
- oběd
- 13:00 - 14:30 – přednáška s názornou ukázkou 2. část
- 14:30 - 15:30 – diskuse se Steffenem Rasmussenem
- 16:00 - 18:00 – šestá tréninková jednotka a ukončení semináře
- večeře

Ekonomické podmínky

- ČBaS za trenéry uhradí jídlo - 2x oběd, 2x večeře, 1x snídaně
- ČBaS za trenéry uhradí ubytování - 1 noc
- Trenéři si hradí cestu

Doplňující informace: Seminář je vhodný pro všechny trenéry mládeže, zejména pak ty, jejichž svěřenci se aktuálně pohybují v širším výběru juniorské reprezentace ČR nebo alespoň na soutěžích celostátní úrovně. Seminář je součástí plánu TMK ČBaS na rozšíření aktivit v oblasti vzdělávání trenérů s cílem zlepšovat a sdílet společné badmintonové know-how.

Ostatní informace: Preferujeme účast na celém semináři, ale lze projednat i výjimky a domluvit se pouze na jednodenní účasti v úterý 1. května 2018.

Přihlášení na seminář: prostřednictvím webových stránek Českého badmintonového svazu na adrese <https://czechbadminton.cz/skoleni/trener/217688>, nejpozději do 17. 4. 2018.

V případě jakýchkoliv dotazů mne, prosím, neváhejte kontaktovat.

V Praze dne 29. 3. 2018

Pavel Florián
Vedoucí sportovního úseku / Projektový manažer ČBaS