

# Pozvánka na trenérský seminář (SC Nymburk, 12. března 2019)



## Interaktivní seminář s Peterem Mouritsenem III.

Trenérsko-metodická komise ČBaS a Lektorská rada srdečně zvou všechny trenéry k účasti na březnovém Technickém campu - soustředění Talent Teamu U13 v Nymburku.

**Datum:** 12. – 13. 3. 2019

**Místo:** Sportovní centrum Nymburk, Sportovní 1801, Nymburk

**Trenéři:** Peter Mouritsen - dánský trenér, hlavní trenér Svendborg Badminton Klubu; několik let práce pro Badminton Europe, kde vedl rozvojové projekty Team Europe 2012, či EPOF 2008

Tomáš Krajča - hlavní trenér Talent Teamu ČR

Soustředění se zaměří na nácvik úderové techniky ve **střední části kurtu** a dynamiku a správný rytmus pohybu po kurtu.

Součástí soustředění budou také kondiční fáze zaměřené na zpevnění a stabilitu, kompenzační cvičení a strečink.

**Cílem** soustředění je zlepšení dovedností, ale také inspirace hráčů a jejich trenérů, kam směřovat další přípravu a jak pracovat s technickými tématy ve vlastním tréninku tak, aby se v budoucnosti mohli stát členy juniorského či dospělého reprezentačního družstva.

Cílem semináře bude především zprostředkovat trenérům velký počet cvičení a tipů pro práci s dětmi (primárně kategorie U13) a také pomoci trenérům lépe porozumět nejdůležitějším principům pro práci s těmito věkovými skupinami v dánském pojetí.

### Časový plán tréninků pro trenéry

9:00 -11:30 - sledování dopoledních tréninkových jednotek (s hráči)

13:30 – 15:30 - praktické ukázky, dotazy, témata vybraná trenéry, konzultace s Peterem Mouritsenem (trenéři)

16 -18:30 – aktivní účast/praktické vedení badmintonového tréninku v tělocvičně (s hráči)

### Ekonomické podmínky

Trenéři se jednodenního semináře mohou zúčastnit zdarma. V případě zájmu objednání stravy či ubytování je třeba napsat Markétě Osíčkové na email [mar.osickova@gmail.com](mailto:mar.osickova@gmail.com) a náklady uhradit.

**Doplňující informace:** Seminář je vhodný pro všechny trenéry mládeže, zejména pak ty, jejichž svěřenci se aktuálně pohybují 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.

**Přihlášení na seminář:** prostřednictvím webových stránek Českého badmintonového svazu na adrese <https://czechbadminton.cz/skoleni/trener/2489287>, nejpozději do 5. 3. 2019.

Účast na 1 dni je možné využít jako „seminář/doškolení“ trenérů ČBaS pro prodloužení licencí. Bližší informace: Mgr. Markéta Osíčková (LR TMK) [mar.osickova@gmail.com](mailto:mar.osickova@gmail.com) tel. 723 138 382

V Praze dne 15. 2. 2019

Markéta Osíčková  
Lektorská rada ČBaS