****

**Seminář/doškolení pro trenéry badmintonu**

Lektorská rada Českého badmintonového svazu pořádá seminář pro trenéry badmintonu v roce 2015

*Seminář je určen zájemcům z řad trenérů na všech úrovních, pro držitele trenérských licencí III. a II. třídy, kteří potřebují svou licenci prodloužit, se uznává jako doškolení.*

TERMÍN: 28. 9. 2015

MÍSTO: tělocvična SK Prosek Praha, Lovosická 559, Praha 9

ŠKOLITELÉ: Jacek Niedzwiedzki (Polsko), Martin Vokoun

PŘEDBĚŽNÝ ČASOVÝ HARMONOGRAM:

9.15 – 9.30 – registrace účastníků

9.30 – 11.30 – Polská cesta badmintonu (Jacek Niedzwiedzki)

- zkušenosti z rozvoje polského badmintonu díky čínským trenérům

- práce s hráči jako Kamila Augustyn, Robert Mateusiak, Nadiezda Kostiuczyk

- co z polské zkušenosti lze přenést do českého prostředí

12.30 – 15.00 – Atletická a silová příprava pro badminton (Martin Vokoun)

- jak dosáhnout dostatečného zpevnění a stability

- proč se nebát posilovny a cvičení s činkou

- jak cvičit výbušnost a rychlost potřebnou pro badminton

PŘIHLÁŠKY: nejpozději **do pátku 25. 9. 2015**

**online www.czechbadminton/skoleni/trener**

POPLATEK: 300,- Kč (hotově na místě)

ODHLÁŠKY a další informace:

Tomáš Krajča

Email: [tomas@badmintoncoach.cz](mailto:tomas@badmintoncoach.cz)

Tel: 725 833 043