

Doškolovací seminář pro trenéry všech kvalifikačních stupňů ČAS

Datum konání akce: **sobota 26. 11. 2022**

Přihlášky do 23.11.2022 do 23:59:59 hodin :

1. a 2. třída: <https://registr.atletika.cz/TrainingRegistration/Registration/356>

3. třída a TŽ: <https://registr.atletika.cz/TrainingRegistration/Registration/357>

TAP: <https://registr.atletika.cz/TrainingRegistration/Registration/358>

Místo konání akce: **Fakulta sportovních studií MU Brno, Kamenice 5, Brno 625 00**

Forma: hybridní – odkaz bude rozeslán den předem

Organizace: Mgr. Zuzana Hlavoňová, Ph.D.

Technici: Mgr. Tomáš Kalina a Mgr. Zdeněk Morávek

Teoretická část (seminární místnost E34/203)	1. + 2. TŘÍDA	3. + TŽ + TAP
8:45 - 9:00	Sraz účastníků. Pokyny	
9:00 – 10:30	doc. Mgr. Michal Kumstát, Ph.D. Energetická dostupnost – REDs	
10:30 – 11:15	Mgr. Marta Gimunová, Ph.D. Menstruační cyklus a jeho vliv na sportovní výkon	
11:15 – 11:30	Pauza	
11:30- 13:00	Mgr. Adam Blažej, Ph.D. Motivace svěřenců z pohledu trenéra	

13:00 – 14:30 Oběd pauza

Praktická část	1. + 2. TŘÍDA	3. + TŽ
14:30 – 16:00	Mgr. Tomáš Kalina Technologie v tréninku (posilovna 147)	Mgr. Martin Sebera, Ph.D. Základy techniky běhu a běžecká cvičení (hala 153)
16:00 – 17:30	Mgr. Leona Ondráčková Průpravná cvičení a technika hodu diskem (hala 153)	Mgr. Ivan Struhár, Ph.D. Kompenzační cvičení pro specifickou i nespecifickou bolest kolene (hala 117)

17:30 – 18:00 Ukončení