



Trenérská škola 2023–2025 – 2. ročník

Veřejná přednáška 15. 11. 2024

Kondiční trénink a trénink speciální síly u sprinterů nejvyšší výkonnosti – Naděa Bendová

Termín: 15. 11. 2024 od 8:45 hodin

Přihláška: do 14. 11. 2024 do 20:00 hod. přes webové stránky ČAS

<https://registr.atletika.cz/TrainingRegistration/Registration/639>

Vedoucí školení: Jan Feher, email: jfeher@atletika.cz

Místo výuky: **ONLINE PŘEDNÁŠKA A UČEBNA U 11** (UK FTVS – José Martího 269/31, Praha 6)

Odkaz pro připojení: bude zaslán po ukončení přihlášek ve čtvrtek 14.11.2024 ve večerních hodinách přednáška bude probíhat přes program Microsoft Teams

Lektor: **Mgr. Naděa Bendová** – trenérka Jána Volka

Program:

8,45 – 10,15 – Kondiční trénink sprinterů nejvyšší výkonnosti

10,30 -12,00 - Trénink speciální síly u sprinterů nejvyšší výkonnosti



Mgr. Naděa Bendová

Trenérka roku 2017, 2019 a 2022 v atletice, oceněná stříbrným odznakem Evropské atletické asociace za cenný přínos a práci pro atletiku. Trenérka zodpovědná za přípravu Jána Volka (60 m 6.55, 100 m 10.13, 200 m 20.24 sec). Věnuje se mládeži a dětem v oblasti sportovní předpřípravy, základního, speciálního i vrcholového tréninku. Trenérka roku 2023 v kategorii mládež Bratislavská cena za sport 2023 Slovenka roku 2020 v kategorii sport, atletický sportovní odborník Bratislavská borůvka 2024 v kategorii Idea-počin za sdružení Naší sportovní akademie, za výchovu mládeže v oblasti základního a vrcholového tréninku Vzdělání: Absolventka FTVŠ UK v Bratislavě, obor trenérství atletiky. Trenér V. kvalifikačního stupně. Licencovaný odborník v oboru klasická a sportovní masáž.

V případě dotazů jsem Vám k dispozici a těším se na Vás

S pozdravem
Mgr. Jan Feher
vedoucí školení