



# Školení a doškolení trenérů IV. a III. třídy



*Seminář je ohodnocen 4 kredity v systému vzdělávání ČSKe.*

1. Pořadatel: **Středočeský svaz karate, z.s.**
2. Datum konání: **sobota 11. 5. 2019 8:30 - 15:00**  
**neděle 12.5.2019 9:00 - 14:00**
3. Místo konání: **Sokolovna Nymburk, Tyršova 180**
4. Pořadatel: Mgr. Jiří Bašus tel. +420 608 801 070
5. Poplatek: 1000,- Kč /oba dny/ 500,- Kč /jeden den/za osobu splatné na místě
6. Přihlášky: **přihlášky zasílejte na email do 5. 5. 2019**  
e-mail: [stred.karate@seznam.cz](mailto:stred.karate@seznam.cz)

Přihláška musí obsahovat jméno oddílu, jména účastníků, datum narození, STV.

## **11.5.2019**

8.30 – 9.00 platba, seznámení s organizací, prezentace

9.00 – 11.30 kihon, kata - Iva Keslová

12.00 – 13.30 kihon, kata – Iva Keslová

14.00 – 15.00 první pomoc – Petr Polívka

## **12.5.2019**

9.00 – 10.00 rozvoj pohybových schopností – Jiří Bašus

10.15 - 11.00 praktická cvičení metodologie tréninkových jednotek karate – Jiří Bašus

11.30 – 13.00 praktická cvičení - Zdeněk Dvořák

13.15 – 14.00 výstupy trenérů, diskuse