

ČESKÁ ASOCIACE STOLNÍHO TENISU

Středočeský svaz stolního tenisu

Školení trenérů licence C + D (pro zájemce 16 – 18 let) Doškolení trenérů licence C+D

Termín - 26. – 28.4. 2013

Místo – salonek hotelu Soudek, Palackého 174/24, Poděbrady 290 01 (praktická část herna Sokola Poděbrady)

Školitel – Ladislav Beneš – licence B

Poplatek - doškolení licence C + D - 100,- Kč
- licence C + D - 300,- Kč

Přihlášky - **závazné přihlášky do 20.4. 2013** (Josef Grill Josef.grill@seznam.cz).

Učební materiály - Pravidla stolního tenisu ([Pravidla ST – web ČAST](#)), Soutěžní řád stolního tenisu 2011 ([SŘ ST –web ČAST](#))

- Hýbner - Učební texty pro trenéry stolního tenisu (doporučené)

S sebou - sportovní oblečení a obuv do haly, páčka, zápisník, učební materiály

Kontakty:

Pořadatel: Hynek Votík, tel : 723428054, e-mail : votikhynek@seznam.cz

Herna pro praktickou část : TJ Sokol Poděbrady, malý sál, 2.poschodí, adresa : Tyršova 26/2, Poděbrady 290 01

Školící salonek : hotel Soudek, Palackého 174/24, Poděbrady 290 01, kontakt na majitele : pan Vodehnal, tel : 728736836, info@hotelsoudek.cz, www.hotelsoudek.cz

Ubytování pro mimopoděbradské : Ubytovna Zemědělské školy, Boučkova 355, Poděbrady 290 01, kontakt, paní Vlachová, tel : 725834863, podebrady@szes.cz, www.szez.cz

Pokoje jsou dvojlůžkové, sprcha+WC na každém pokoji, cena za noc 260 Kč. Zaplatí každý sám.

Předběžný časový plán:

samostudium – Pravidla a Soutěžní řád stolního tenisu (nové !)

Rámcový program školení trenérů – Poděbrady – duben 2013

Úvod

Sportovní trénink

- složky
- tréninková jednotka
- plánování sportovní přípravy

Metodika sportovního tréninku

Pedagogika a psychologie

- osobnost trenéra

- vyučovací proces

Teoretická příprava

Praktická cvičení

Videoukázka pohybových cvičení

Zdravotní hlediska sportovního tréninku

Výběr talentů

Začlenění pravidel a soutěžního řádu stolního tenisu do tréninku

Časový plán bude upraven podle požadavku školitele.

V Mladé Boleslavi 21.3. 2013

Josef Grill – vedoucí školení