

# Česká asociace squashe pořádá

## ŠKOLENÍ TRENÉRŮ SQUASHE IV. TŘÍDY ČASQ

**Datum:** 1. - 2. února 2020 (sobota a neděle)

**Časový plán:** zahájení v sobotu 1. 2. 2020 v 10:00 hodin  
ukončení v neděli 2. 2. 2020 v cca 17:00 hodin

**Náplň kurzu:** dle schváleného Systému trenérských tříd ČASQ 2017

### Základní obsahová struktura:

- seznámení se squashem (pravidla, historie, trendy, vybavení, názvosloví)
- zásady bezpečnosti a základní principy práce trenéra
- struktura a obsah tréninkové jednotky „IDEAS“ dle ESF
- příprava před tréninkem a činnost po tréninku
- držení rakety (grip), postavení k míči, švih
- základní údery
- pohyb po kurtu
- zásady a zvláštnosti tréninku dětí
- hra a základy taktiky
- chování při hře (kodex chování trenéra, hráče, rodiče)

**Požadavky:** Účastník kurzu musí dobře ovládat základy squashe, správnou techniku úderů, pohyb po kurtu, znalosti základní terminologie a základní pedagogické schopnosti.

**Místo konání:** Jeremiášova 2581/2, Praha 13 – Stodůlky, 155 00, [www.jeremi.cz](http://www.jeremi.cz)

**Školitel:** Mgr. Dominik Šácha [sachadominik@gmail.com](mailto:sachadominik@gmail.com) tel: 608 448 881

**Cena kurzu:** 2.900,- Kč

**Přihlášky:** Elektronickou poštou na adresu [roll@czechsquash.cz](mailto:roll@czechsquash.cz) nejpozději do 20. 1. 2020. Podmínkou zařazení do kurzu je úhrada poplatku na účet ČASQ nejpozději do 20. 1. 2020 na účet č.: 107-2923330277/0100, variabilní symbol: čtyřmístné registrační číslo ČASQ.

### Obsah

**přihlášky:** Jméno a příjmení, čtyřmístné registrační číslo ČASQ, datum narození, adresa, mateřský klub nebo centrum, telefonní kontakt na uchazeče a mailová adresa.

**Kurz se uskuteční při účasti min. 6 zájemců.**