

Česká asociace squashe pořádá ŠKOLENÍ TRENÉRŮ SQUASHE II. TŘÍDY ČASQ

Termíny pro specializovanou část: **26. - 29. 3. 2020, 16. - 19. 4. 2020; 4. - 7. 6. 2020** (100 hodin specializace)

Základní obsahová struktura specializované části:

- zopakování základů v rozsahu náplně kurzu III. třídy
- cyklus P.D.A. detailněji (technicko-taktické dovednosti a diagnostika chyb)
- příprava a realizace tréninkové jednotky pro skupinu výkonnostních hráčů
- příprava a realizace tréninkové jednotky pro individuální výkonnostní hráče
- trénink juniorů se zaměřením na výkonnostní squash
- příprava před tréninkem a činnost po tréninku
- herní plány a jejich využití
- příprava před zápasem a činnost po zápase
- vedení hráčů v průběhu utkání
- analýza zápasu, využití videa a počítačových programů
- plánování a vyhodnocení tréninkové přípravy výkonnostních hráčů, fáze přípravy
- specializovaná kondiční příprava
- organizace krátkodobé přípravy výkonnostních hráčů, soustředění
- organizace dlouhodobé přípravy výkonnostních hráčů
- výživa a pitný režim ve výkonnostním sportu
- doplňkové aktivity, regenerace výkonnostních hráčů
- pravidla hry, bodování a rozhodování situací při hře

Místo konání specializované části: Squash-Haštal, Haštalská 20, Praha 1, www.squash-hastal.cz

Cena kurzu (pouze část specializace squash): 7 200 Kč

Školitel specializace: Jan Roll, DiS., roll@czechsquash.cz, tel: 777 051 641

Podmínky pro přijetí do kurzu:

Podmínky pro přijetí do kurzu: Pro přijetí ke studiu je nutné doložit předepsanou praxi v písemné formě, včetně dosažených výsledků a certifikát nižší trenérské třídy.

Přihlášky:

Elektronickou poštou na adresu: roll@czechsquash.cz **nejpozději do 15. 2. 2020**

Podmínkou zařazení do kurzu je úhrada poplatku na účet ČASQ **nejpozději do 15. 2. 2020**

na č. ú .: 107-2923330277/0100, VS – ID v systému ČASQ.

Obsah přihlášky:

Jméno a příjmení, ID člena ČASQ, datum narození, adresa, mateřský klub nebo centrum, tel. kontakt uchazeče, mailová adresa, potvrzení o předepsané praxi, kopie certifikátu nižší trenérské třídy.