

ČESKÝ FLORBAL

Školení trenérů florbalu odbornosti "C"

Termín 14. - 16.6. 2024, Mladá Boleslav



pátek 14.6. 2024					
<i>od - do</i>	<i>čas</i>	<i>počet hodin</i>	<i>náplň</i>	<i>místo</i>	<i>vyučující</i>
14:20-14:30	10'		Prezence, úvodní informace ke školení	učebna	
14:30-15:15	45'	1	Česká cesta a dlouhodobý rozvoj sportovce	učebna	Vojtěch Paul
15:15-16:45	90'	2	Moderní technologie	učebna	Michal Plecítý
17:00-19:15	135'	2	Koučink a mentální příprava hráčů	učebna	Jan Třískala
19:30-20:15	45'	1	Trenérské výstupy	učebna	Jan Třískala
sobota 15.6. 2024					
<i>od - do</i>	<i>čas</i>	<i>počet hodin</i>	<i>náplň</i>	<i>místo</i>	
8:30-10:00	90'	2	Základy první pomoci a prevence sportovních úrazů	učebna	Eliška Vrátná
10:15-11:45	90'	2	Strečink a kompenzační cvičení	tělocvična	Eliška Vrátná
12:00-12:45	45'	1	Zásady a tvorba TJ	učebna	Matěj Klucho
12:45-14:15	90'	2	Zásady a tvorba TJ	tělocvična	Matěj Klucho
14:15-15:15			Oběd		
15:15-16:00	45'	1	Herní činnosti jednotlivce - brankáři	učebna	Daniel Dolák
16:15-17:45	90'	2	Herní činnosti jednotlivce - brankáři	tělocvična	Daniel Dolák
18:00-18:45	45'	1	Herní činnosti jednotlivce a 4 role hráče	učebna	Miroslav Vybíral
19:00-20:30	90'	2	Herní činnosti jednotlivce a 4 role hráče	tělocvična	Miroslav Vybíral

neděle 16.6. 2024					
od - do	čas	počet hodin	náplň	místo	
8:15-9:45	90'	2	Florbalová pravidla	učebna	Tomáš Kostinek
10:00-11:30	90	2	Základy herních systémů a herní kombinace	učebna	Roman Janda
11:30-12:15	45'	1	Základy herních systémů a herní kombinace	učebna (praxe)	Roman Janda
12:15-13:30	90'	2	Kondiční příprava pomoci her + CORE	učebna	Vojtěch Paul
13:30-15:00	90'	2	Kondiční příprava pomoci her + CORE	tělocvična	Vojtěch Paul
15:00-16:00			Oběd		
16:00-17:30	90'	2	RTC - plánování, evidence a vyhodnocování	učebna	Marek Chlumský
17:30-19:00	90'	2	RTC - plánování, evidence a vyhodnocování	učebna	Marek Chlumský
19:00-19:15			Ukončení školení a dotazy	učebna	

S sebou sportovní oblečení, sálovou obuv, florbaluku a psací potřeby.

Tel : Vojtěch Paul - 607 132 889