

ČESKÝ FLORBAL

Školení trenérů florbalu odbornosti "C"
Termín 24. - 26.5. 2024, Praha



pátek 24. 5. 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	Florbalová pravidla	učebna	Michal Kolář
17:00-18:30	90'	2	Základy první pomoci a prevence sportovních úrazů	učebna	Michal Vrbík
18:45 - 20:15	90'	2	Strečink a kompenzační cvičení	tělocvična	Eliška Vrátná
sobota 25.5. 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 herních systémů a herní kombinace	učebna	Roman Janda
10:15-11:00	45'	1	Základy herních systémů a herní kombinace	učebna (praxe)	Roman Janda
11:15-12:00	45'	1	Herní činnosti jednotlivce - brankáři	učebna	Martina Lerchová
12:00-13:30	90'	2	Herní činnosti jednotlivce - brankáři	tělocvična	Martina Lerchová
13:30-14:30			Oběd		
14:30-16:45	135'	3	Koučink a mentální příprava hráčů	učebna	Matěj Klucho
17:00-17:45	45'	1	Trenérské výstupy	tělocvična	Matěj Klucho
18:00-18:45	45'	1	Herní činnosti jednotlivce a 4 role hráče	učebna	Jaromír Tauber
18:45-20:15	90'	2	Herní činnosti jednotlivce a 4 role hráče	tělocvična	Jaromír Tauber

neděle 26.5. 2024					
od - do	čas	počet hodin	náplň	místo	
8:00-8:45	45'	1	Zásady a tvorba TJ	učebna	Michal Vojáček
8:45-10:15	90'	2	Zásady a tvorba TJ	tělocvična	Michal Vojáček
10:30-12:00	90'	2	RTC - plánování, evidence a vyhodnocování	učebna	Martin Bocian
12:00-13:30	90'	2	RTC - plánování, evidence a vyhodnocování	učebna	Martin Bocian
13:30-14:30			Oběd		
14:30-16:00	90'	2	Moderní technologie	učebna	Luboš Rauer
16:15-17:45	90'	2	Kondiční příprava pomoci her + CORE	učebna	Vojtěch Paul
17:45-19:15	90'	2	Kondiční příprava pomoci her + CORE	tělocvična	Vojtěch Paul
	15'		Ukončení školení a dotazy	učebna	

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

Tel : Vojtěch Paul - 607 132 889