

## Pozvánka na školení trenérů licence D

**Regionální svaz stolního tenisu Sokolov** ve spolupráci s Karlovarským krajským svazem pořádá školení trenérů licence D, pro potřeby Karlovarského kraje.

- Místo: Herna SKST Chodov, Smetanova 738, 357 35 Chodov
- Termín: 8.6. 2024
- Podmínky pro udělování trenérských licencí se řídí dle SMĚRNICE ČAST č. 4 /2023
- Podmínky účasti: minimální věk účastníka školení – 16 let
- Rozsah školení: 12 hodin dle jednotného metodického pokynu
- Školení je zakončeno závěrečným pohovorem s účastníky
- Poplatek za udělení licence: 400 Kč
- S sebou: psací potřeby, sportovní potřeby na stolní tenis

Domácí příprava:

- Pravidla a soutěžní řád, registrační a přestupní řád, registr ČAST, organizační struktury ČAST – online samostudium výuka – 2 hodiny

Program školení:

9:00 - zahájení

- obecná část (základy zdravovědy, pravidla první pomoci, prevence zranění, význam rozcvičení, protahovací cvičení, regenerace, životospráva) – 2 hodiny

11:00 - teoretická část (základy úderové techniky, držení pátky, vhodný výběr hracího materiálu, základní druhy podání, základy pohybové techniky, práce nohou, význam kondiční přípravy) – 2 hodiny

13:00 - polední přestávka

14:00 - praktická část (ukázka tréninkové jednotky, metodika nácviku jednotlivých úderů) 2 hodiny

16:00 - nácvik jednotlivých úderů, nácvik zásobníku, závěrečný pohovor s účastníky – 4 hodiny

20:00 - závěr školení

V případě doškolení stačí absolvovat pouze odpolední část programu.

Poplatky za prodloužení licence (doškolení):

- v době platnosti 100 Kč
- do 1 roku po vypršení platnosti 150 Kč
- do 2 let po vypršení platnosti 200 Kč
- do 5 let po vypršení platnosti 250 Kč

### Přihlášky:

- Zájemci o školení podají přihlášku nejpozději do 31.5. 2024 na e-mailovou adresu martin.tony@centrum.cz

### Poplatky:

- Po úspěšném absolvování školení je účastník povinen uhradit poplatek na číslo účtu: **2501152933/2010**, variabilní symbol: **34\_\_\_\_\_10**

\_\_\_\_\_ = Evidenční číslo oddílu (6místné)

- Potvrzení o zaplacení odeslat na e-mail: martin.tony@centrum.cz

Po obdržení platby bude účastníkovi udělena licence D s platností do 30.6. 2029.

Martin Tonhauser

Vedoucí školení

Denisa Stellnerová

Předsedkyně RSST Sokolov

