



ČESKÝ VESLAŘSKÝ SVAZ
CZECH ROWING ASSOCIATION

V Praze dne 9. 12. 2019

Pozvánka **Školení trenérů licence „C“**

Datum: 21. - 22. 3. 2020
Místo konání: SC Račice
Účastnický poplatek: 400,- Kč se vybírá na místě
Přihlášky: závazné přihlášky posílejte do 8. 3. na e-mail kucera@veslo.cz
v přihlášce je nutno uvést jméno, příjmení, rok narození, e-mail, klub, ve kterém je zájemce členem
kapacita školení je omezená, o zařazení zájemců do kurzu rozhoduje datum zaslání přihlášky

Obsah a rozsah školení Licence C:

- a) školení licence C probíhá v celkovém minimálním rozsahu 16 hodin;
- b) rozsah výuky obsahuje 10 hodin teorie a 6 hodin praxe:
 - první pomoc 1 hodina teorie 1 hodina praxe
 - anatomie a fyziologie 1,5 hodiny teorie
 - pedagogika a psychologie 1,5 hodiny teorie
 - technika veslování 1,5 hodiny teorie, 1 hodina praxe
 - sportovní příprava nejmladších 1,5 hodiny teorie 1 hodina praxe
 - sportovní trénink mládeže 1 hodina teorie 1 hodina praxe
 - trénink síly mládeže („core“) 1 hodiny teorie 1 hodina praxe
 - roční tréninkový cyklus (stavba tréninku) a organizace tréninkové jednotky 1 hodina teorie 1 hodina praxe

Kurz se skládá z teoretické části, praktické části a testu. Na základě úspěšného absolvování všech částí kurzu získají účastníci licenci „C“. Licenci C lze udělit absolventům kurzu, kteří dosáhli věku 18 let.

Na praktickou část je potřeba sportovní oblečení a sálová obuv.

Na základě úspěšného absolvování všech částí kurzu získají účastníci licenci „C“ na 4 leté období.

Stravování není zajištěno.

Vít Kučera
ústřední trenér mládeže ČVS