

TRENÉRSKÝ SEMINÁŘ

19. 6. 2019

Žďár nad Sázavou

14.00 – 18.00

+ přednáška pro rodiče

Místo konání:

Zimní stadion
Jungmannova 1496/10
59101 Žďár nad Sázavou

Počet kreditů:

4 kredity

Cena:

450,- převodem na: č. ú.: 2800403835/2010
zpráva pro příjemce: jméno a příjmení
nebo 550,- na místě při prezenci

Přihlášky:

posílejte do 15. 6. 2019 na
lukas.bures@hokejzr.cz

PREZENCE: 14.00 – 14.15

KOMPLEXNÍ ATLETICKÝ ROZVOJ (s ohledem na dlouhodobou koncepci)

Bc. Tomáš Skála – student magisterského oboru
Kondiční trenér Masarykovy univerzity a trenér ve
společnosti CrossFit Steel Wings.

MODERNÍ KOMPENZAČNÍ CVIČENÍ PRO MLÁDEŽ

Bc. Jan Schneider - Student magisterského oboru
Fyzioterapie Palackého univerzity v Olomouci.

PLYOMETRICKÁ CVIČENÍ PRO ROZVOJ STABILITY A SÍLY

PhDr. Petr Schlegel, Ph.D. – odborný asistent na
Univerzitě v Hradci Králové, majitel společnosti
Crossfit Steel Wings, přední český závodník
v Crossfit, trenér např. Patrika Kyncla.

ZÁKLADY STRAVOVÁNÍ VE SPORTU (pro rodiče)

PhDr. Petr Schlegel, Ph.D.

Kontaktní osoba: _____

Lukáš Bureš – email: lukas.bures@hokejzr.cz | mobil: **605 423 547**