



Hlavní školení trenérů všech tříd

Naši trenéři Milan Tesař a Ondřej Chravát byli účastníky hlavního školení trenérů ČsKe probíhajícího od 22. do 24. června. Témata přednášek společně s praktickými cvičeními byla velmi různorodá. Před samotným školením zavítali naši trenéři na seminář, vedený panem docentem Tomášem Peričem, jež byl zaměřený na hry určené výhradně pro trénink mládeže a měl velký přínos. Mimo to také působil zábavně díky soutěživosti dospělých účastníků školení. S nabitými znalostmi tak byla na místě i zábava a zážitky a to u semináře znamená dvojité plus. Poté v pátek začalo školení trenérů, kde mimo jiné přednášel i pan doktor Vladimír Hojka, pod jehož vedením se naučili mnoho o tréninku rychlosti, který je pro závodní úroveň prioritní. K tréninku posloužily především atletické žebříky, kloboučky a jiné pomůcky. Dále se rozebírala i nutná první pomoc.



Školení trenérů karate pokračovalo až do nedělního odpoledne. Přednášky se střídaly s praktickými částmi. Druhý den byly zaměřeny na kondiční přípravu, kompenzaci ve sportu a výživu. Neděle, vedená panem doktorem Petrem Beníškem, pak na metodiku kumite, ve kterém se rozebíralo mimo jiné správné provádění kopů a jak na jejich efektivní trénink pro sportovní zápas. Jedna ze zajímavých přednášek byla věnována dokonce i propagaci klubu.



Jak už to bývá, poslední den školení proběhly písemné testy. Podtrženo, sečteno, naši trenéři si odnesli kromě množství informací i 7 kreditů, které fungují v souvislosti s novým systémem prodlužování trenérských licencí. Na školeních se nyní trenéři mohou setkat i s předními zástupci trenérů z dalších sportů. To vše se nám osvědčilo jako velice naučné a přínosné a není pochyb, že díky tomu vede kvalita karate v České republice k výraznému zlepšení.



S tímto školením jsme velice spokojeni a jsme rádi, že díky novému systému školení trenérů máme takové možnosti nabírat nové vědomosti a vzdělávat se.