

# Česká asociace squashe pořádá ŠKOLENÍ TRENÉRŮ SQUASHE II. TŘÍDY ČASQ

**Termíny pro specializovanou část: 31. 3. - 3. 4. 2022 ; 19. 5. - 22. 5. 2022 ; 9. 6. - 12. 6. 2022**

**Termíny pro obecnou část (licence B) budou ještě upřesněny.**

## Základní obsahová struktura specializované části:

- zopakování základů v rozsahu náplně kurzu III. třídy
- cyklus P.D.A. detailněji (technicko-taktické dovednosti a diagnostika chyb)
- příprava a realizace tréninkové jednotky pro skupinu výkonnostních hráčů
- příprava a realizace tréninkové jednotky pro individuální výkonnostní hráče
- trénink juniorů se zaměřením na výkonnostní squash
- příprava před tréninkem a činnost po tréninku
- herní plány a jejich využití
- příprava před zápasem a činnost po zápase
- vedení hráčů v průběhu utkání
- analýza zápasu, využití videa a počítačových programů
- plánování a vyhodnocení tréninkové přípravy výkonnostních hráčů, fáze přípravy
- specializovaná kondiční příprava
- organizace krátkodobé přípravy výkonnostních hráčů, soustředění
- organizace dlouhodobé přípravy výkonnostních hráčů
- výživa a pitný režim ve výkonnostním sportu
- doplňkové aktivity, regenerace výkonnostních hráčů
- pravidla hry, bodování a rozhodování situací při hře

**Místo konání specializované části:** Squash-Haštal, Haštalská 20, Praha 1, [www.squash-hastal.cz](http://www.squash-hastal.cz)

**Cena kurzu (pouze část specializace squash):** 12 000 Kč

Školitel specializace: Jan Roll, DiS., [roll@czechsquash.cz](mailto:roll@czechsquash.cz), tel: 777 051 641

**Podmínky pro přijetí do kurzu:** Do kurzu jsou přijímáni absolventi s platným certifikátem III. trenérské třídy ČASQ. Pro získání certifikátu je nutné absolvovat obecnou část (licence B v rozsahu 50 hodin).

**Přihlášky:** na adresu [roll@czechsquash.cz](mailto:roll@czechsquash.cz) nejpozději **do 15. 3. 2022**. Podmínkou zařazení do kurzu je úhrada poplatku na účet ČASQ č.107-2923330277/0100, VS – ID v systému ČASQ nejpozději **do 15. 3. 2022**

**Obsah přihlášky:** jméno a příjmení, ID člena ČASQ, datum narození, adresa, mateřský klub nebo centrum, tel. kontakt uchazeče, mailová adresa, potvrzení o předepsané praxi podepsané zástupcem klubu, kopie certifikátu nižší trenérské třídy.

Kurz se uskuteční při účasti min. 6 zájemců.

V ceně zápisného není zahrnuto občerstvení, ubytování ani doprava.

Doporučené ubytování přímo v budově: <https://www.hotelmetropolitan.cz/kontakty>