

# Česká asociace squashe pořádá ŠKOLENÍ TRENÉRŮ SQUASHE III. TŘÍDY

Tento kurz je současně zařazen do systému trenérských tříd udělovaných evropskou federací. Úspěšní účastníci získají současně s třídou ČASQ také evropskou trenérskou třídu ESF L1.

**Datum: 23. -26. únor 2017** (čtvrtek-neděle)

## Základní obsahová struktura dle Systému trenérských tříd ČASQ 2015:

- zásady bezpečnosti a základy první pomoci
- „Zlatá pravidla coachingu“ dle ESF
- Cyklus „P.D.A.“ (vnímání-rozhodování-akce) pro základní údery dle ESF level 1
- základy taktiky (stavba výměny/přesnost/tlak) dle ESF
- zásady sportovní přípravy dětí různých věkových kategorií
- efektivní skupinový trénink a jeho zvláštnosti
- plánování a vyhodnocení tréninkové přípravy hráče, fáze přípravy - cykly
- základy kondiční přípravy
- pravidla a bodování, základy rozhodování situací při hře
- základy výživy a pitný režim

**Místo konání:** Sportovní centrum Haštal, Haštalská 20, Praha 1, 110 00, [www.squash-hastal.cz](http://www.squash-hastal.cz)

**Zápisné do kurzu:** 5 800,- Kč

**Školitel:** Mgr. Dominik Šácha

**Přihlášky:** Elektronickou poštou na adresu [roll@czechsquash.cz](mailto:roll@czechsquash.cz) nejpozději do 9. 2. 2017. Podmínkou zařazení do kurzu je úhrada poplatku na účet ČASQ nejpozději do 9. 2. 2017. na č. ú. : 107-2923330277/0100, VS – čtyřmístné registrační číslo ČASQ.

**Začátek:** čtvrtek 23.2.2017 10:00

**Předpokládaný konec:** neděle 26.2.2017 17:00

**Obsah přihlášky:** Jméno a příjmení, čtyřmístné registrační číslo ČASQ, datum narození, adresa, mateřský klub nebo centrum, tel. kontakt uchazeče, mailová adresa, potvrzení o předepsané praxi, naskenovaná kopie certifikátu nižší trenérské třídy.

**Poznámka:** Poplatky za diplomy ESF a další registrace u ESF nejsou zahrnuty v zápisném.

Občerstvení si hradí účastníci sami, v místě je restaurace.

**Školení se uskuteční jen při účasti minimálně 6 účastníků.**