

# Česká asociace squashe pořádá

## ŠKOLENÍ TRENÉRŮ SQUASHE III. TŘÍDY ČASQ

**Datum:** 12. - 15. října 2017 (čtvrtek-neděle)

**Časový plán:** zahájení ve čtvrtek 12. 10. 2017 v 10:00 hodin  
ukončení v neděli 15. 10. 2017 v cca 17:00 hodin

**Náplň kurzu:** dle schváleného Systému trenérských tříd ČASQ 2017

- zopakování základu v rozsahu náplně IV. třídy
- 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 dle různých věkových kategorií
- efektivní skupinový trénink a jeho zvláštnosti
- plánování a vyhodnocení tréninkové přípravy hráče, fáze přípravy – cykly
- základy kondiční přípravy
- pravidla, bodování, základy rozhodování při hře
- základy výživy a pitný režim

**Požadavky:** Pro přijetí na školení je nutné doložit certifikát IV. trenérské třídy ČASQ, a písemné potvrzení o předepsané praxi (nedoložení nebrání v absolvování školení, ale je nezbytné pro udělení certifikátu III. třídy ČASQ).

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

**Školitel:** Mgr. Dominik Šacha

**Cena kurzu:** 5.800,- Kč

**Přihlášky:** Elektronickou poštou na adresu [roll@czechsquash.cz](mailto:roll@czechsquash.cz) nejpozději do 2. 10. 2017.  
Podmínkou zařazení do kurzu je úhrada poplatku na účet ČASQ nejpozději do 2. 10. 2017  
Číslo účtu: 107-2923330277/0100, variabilní symbol: čtyřmístné registrační číslo ČASQ

**Obsah přihlášky:** Jméno a příjmení, čtyřmístné registrační číslo ČASQ, datum narození, adresa, mateřský klub nebo centrum, telefonní kontakt na uchazeče a mailová adresa, dále certifikát IV. trenérské třídy a písemné potvrzení o předepsané praxi.

**Licence ESF:** Úspěšní absolventi tohoto kurzu mohou zároveň získat licenci ESF level 1, náklady spojené s touto licencí si však hradí sami v plné výši (jde o trenérskou registraci SPIN ESF a poplatek za certifikát ESF ve výši cca 30€).

**Kurz se uskuteční při účasti min. 6 zájemců.**