

Ve spolupráci Krajského svazu kraje Vysočina a TJ Sokol Nové Veselí, Vás zveme na vícedenní seminář, který proběhne při kempu starších žáků.

Program semináře

- termín kempu 30.7. - 3.8.2020
- termín semináře 30.7. - 2.8.2020, vždy v podvečerních hodinách proběhne teoretická část semináře (90 minut), kde druhý den proběhne praktická část v rámci dvou dvouhodinových tréninků k probrané teorii v předchozí večer
- podmínkou je účast a aktivní spolupráce na všech dnech semináře
- program:
 - 30.7. zahájení semináře 17:00 hod
 - 30.7. téma večerního semináře: **Technika provedení přihrávky a střelby + Rozcvičení - atletická abeceda**
 - 31.7. praktická část: **Rozcvičení atletickou abecedou + nácvik provedení přihrávky a střelby**
 - 31.7. téma večerního semináře: **Způsoby uvolnění hráče s míčem + rolování**
 - 1.8. praktická část: **Způsoby uvolnění hráče s míčem - L-únik, uvolnění na stranu nestřelecké paže + rozcvičení pomocí rolování a závěrečné vyrolování**
 - 1.8. téma večerního semináře: **Technika obrany 1:1 a základy zajišťování + principy obranných systémů u mládeže + Rozvoj mobility**
 - 2.8. praktická část: **Rozvoj mobility + Technika obrany 1:1 a základy zajišťování**
 - 2.8. ukončení semináře 17:00 hod

Informace k semináři:

Organizátor: Miloš Janda - Krajský manažer Kraje Vysočina

tel.: 605 855 515, e-mail: janda@chf.cz

Matěj Domkář - Krajský trenér Kraje Vysočina

Tel: 778 011 848, e-mail: domkar@handball.cz

Přihlášky: pouze elektronicky na email janda@chf.cz

Hlavní školitel: Jan Běloch, Róbert Barta

Seminář je bez poplatku. Přihlášeným trenérům zajistí pořadatel stravu, a v případě zájmu ubytování, za podmínky aktivní účasti a spolupráce na kempu při praktických ukázkách.

Kapacita: 15 osob

Kredity: Seminář je ohodnocen 10 kredity