



ŠKOLENÍ TRENÉRŮ GYMNASTICKÉHO AEROBIKU III. TŘ.
12.-14.11.2010, BRNO

- Místo konání:** Sportovní areál Pod Palackého vrchem
Fit centrum Machina
Kolejní 2, Brno – Královo Pole
- Doprava:** Konečná tramvaje č. 12, nebo bus č.53, zastávka Kolejní
- Ubytování:** Hotel Palacký, areál kolejí, Technická 14, Brno – Královo Pole
(zajišťuje a hradí si každý účastník ve vlastní režii)
- Cena:** **2.000,-Kč**
(uhradte prosím v hotovosti při prezenci)

Předběžný časový harmonogram:

Pátek, 12.11.2010

13:00-13:30 Prezence

13:30-15:30 Anatomie, PhDr. Karla Tománková, CSc.

15:30-16:30 Biomechanika, Mgr. Miriam Kalichová

16:30-17.00 Přestávka

17.00-18.30 Návčik prvků obtížnosti sk. D flexibilita a rovnováha, PaedDr. Marta Muchová

Sobota, 13.11.2010

8:30-9:30 Fyziologie, MUDr. Iva Tomášková

9:30-10:30 Zdravověda, první pomoc, úrazová zábrana, MUDr. Iva Tomášková

10.30-11.30 Hygiena, regenerace, masáže, MUDr. Iva Tomášková

11.30-13.00 Teorie a didaktika sportovního tréninku, PhDr. Karla Tománková, CSc.

13.00-14:00 Přestávka

14.00-15:30 Psychologie, PhDr. Karla Tománková, CSc.

15:30-17:00 Návčik prvků obtížnosti sk. A dynamická síla, Andrea Višňová

17:00-18:30 Návčik prvků obtížnosti sk. C skoky, Mgr. František Protivínský

Neděle, 14.11.2010

8:30-10:00 Návčik prvků obtížnosti sk. B statická síla, Barbora Svatošová

10:00-11:30 Choreografie, Helena Niklová

11:30-12:30 Přestávka

12:30-14:30 Teoretická zkouška formou testu

14:30-15:00 Přestávka

15:00-17:00 Praktická zkouška (didaktika návčiku vybraného prvku obtížnosti)