

Výbor sekce dálkového a zimního plavání Českého svazu plaveckých sportů
pořádá školení

TRENÉR DÁLKOVÉHO A ZIMNÍHO PLAVÁNÍ III. třídy

Místo konání:	Pardubice, hotel Zlatá štika (teoretická část + zázemí)
Termín konání:	1. část: 26.-28.11.2021 2. část: 03.-05.12.2021
Přihlášky:	do 12.11.2021 na email michal.sterba@czechswimming.cz
Garant školení za ČSPS:	Mgr. Tomáš Břeň
Vedoucí školení:	MUDr. Jaroslav Novák, PhD
Počet účastníků:	maximálně 20 (pořadatel si vyhrazuje právo odmítnout přihlášky obdržené po naplnění počtu účastníků)
Časový harmonogram:	1.část od pátku 26.11. v 15.00 hod do neděle 28.11. v 15.00 hod 2.část od pátku 03.12. v 15.00 hod do neděle 05.12. v 13.00 hod
Podmínky pro přijetí:	dle Kvalifikačního řádu ČSPS: věk nejméně 18 let, člen ČSPS
Počet hodin:	50 vyučovacích hodin (1 vyučovací hodina = 45 minut)
Stručný program školení:	Obecná část: (historie plaveckých sportů se zaměřením na DP a ZP, úvod do anatomie a fyziologie, základy sportovního tréninku, úvod do pedagogiky a psychologie sportu, první pomoc) Širší specializovaná část: technika plaveckých způsobů, suchá příprava, regenerace, sportovní výživa, pravidla a soutěžní řád DZP Specializovaná část DP: orientace a zásady bezpečnosti při plavání v otevřených vodách, taktika závodu v DP, občerstvování při DP soutěžích a individuálních pokusech, Specializovaná část ZP: adaptace organismu na extrémní chlad, metodika tréninku v ZP, zdravotní význam otužování, zásady bezpečnosti při plavání v ledové vodě (podrobný program bude přijatým účastníkům zaslán elektronicky)
Cena školení:	2.500 Kč. Bankovním převodem na účet ČSPS do 19.11.2021. Náležitosti platby (číslo účtu, variabilní symbol) budou zaslány přijatým účastníkům. Cena zahrnuje odborný rozsah školení plus stravování (páteční večeře, sobotní oběd a večeře, nedělní oběd).
Ubytování:	V hotelu Zlatá štika. Cena za 4 noci se snídaní na osobu při ubytování ve dvojlůžkovém 2.000 Kč a v jednolůžkovém pokoji 3.000 Kč. Zájemci o ubytování zašlou požadavek společně s přihláškou na školení do 12.11.2021. Platba na účet ČSPS společně s úhradou za školení.
Kvalifikace:	Úspěšní absolventi školení získají kvalifikaci Trenér III. třídy DP a ZP.
Informace:	Michal Štěřba, michal.sterba@czechswimming.cz , mobil 602 613 866