



## Školení a doškolení trenérů III. A IV. Třídy SKIF CZ

- Pořádá :** SKIF CZ
- Datum konání :** 11.2. 2023
- Místo konání :** Gagarinova 840, Hradec Králové
- Cena kurzu :** 300,- Kč (školení trenérů III.třídy), v případě úspěšného provedení zkoušek + 300,- Kč za licenci. Účastníci doškolení trenérů III.třídy 300,- Kč za licenci.

Účastníci kurzu obdrží nejdůležitější informace kurzu v elektronické podobě. Úspěšní účastníci školení a všichni účastníci doškolení obdrží certifikát s licenci.

**Podmínky účasti :** licence trenéra III. třídy: věk 18 let, minimálně 3. kyu.  
licence trenéra IV. třídy: věk 18 let, minimálně 6. kyu.  
Výjimky konzultujte s K.Guzkem (608 744 488, [guzek.kamil@karate-skif.cz](mailto:guzek.kamil@karate-skif.cz))

**Přihlášky:** emailem na adresu [guzek.kamil@karate-skif.cz](mailto:guzek.kamil@karate-skif.cz) do 9.02.2023.  
Doškolení trenérů III.třídy je povinné pro prodloužení licence

Registrace v místě konání : sobota 11.2. v 9.30

### **I. Program školení trenérů III. A IV. třídy:**

- zdravotní aspekty tréninku karate
- tréninková jednotka, tréninkové plány
- motivace, komunikace, psychologie
- standardizace technik páskování
- přednáška první pomoci (zdravotní pracovník)
- závěrečný test na licenci trenéra III., IV. Třídy
- vyhodnocení testů, předání licencí úspěšným absolventům školení

### **Podmínky pro získání licence trenéra III. nebo IV. Třídy (platnost 2 roky)**

- Absolvování technického semináře SKIF nebo SKIF CZ v rozsahu 10 hodin (například Gasshuku SKIF CZ, seminář s japonskými mistry a instruktory SKIF)
- Samostatné studium v níže uvedeném rozsahu
- Závěrečná práce v rozsahu minimálně 10 stran (Times New Roman 12, 1,5 řádkování)

- Úspěšné absolvování testu
- Splněný příslušný technický stupeň a věk
  - III. Třída 3.kyu a 18 let
  - IV. Třída 6.kyu a 18 let
- Zaplacení poplatku za školení a licenci trenéra III. nebo IV. Třídy (600,- Kč)

### **Souhrn samostatného studia**

- historie karate
- japonské názvosloví výrazů v karate-dó
- znalost dělení úderových ploch a technik v karate-dó
- pravidla soutěžního karate SKIF, soutěžní řád, zkušební řád
- základy pohybové anatomie těla – pohybová soustava
- základní kata Shotokan řady Heian + Tekki Shodan – provedení, názvosloví, bunkai

*V průběhu školení i doškolení trenérů se budou konat jak teoretické přednášky, tak praktické ukázky a cvičení. Vezměte si proto s sebou karate-gi a psací potřeby.*

*Případné dotazy volejte na 608-744488 (Kamil Guzek) nebo pište na email:  
guzek.kamil@karate-skif.cz*

Kamil Guzek

V Hradci Králové 20.1.2023