



Školení a doškolení trenérů III., IV. Třídy a Asistenta trenéra SKIF CZ

Pořádá : SKIF CZ

Datum konání : 11.10. 2025

Místo konání : Gagarinova 840, Hradec Králové

Cena kurzu : 600,- Kč (školení trenérů III. třídy + licence v případě úspěšného provedení zkoušek)

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)

Přihlášky: emailem na adresu guzek.kamil@karate-skif.cz do 10.10.2025.

Registrace v místě konání : sobota 11.10.2025. v 9.45

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)

- Samostatné studium v níže uvedeném rozsahu
- Závěrečná práce v rozsahu minimálně 10 stran (Times New Roman 12, 1,5 řádkování)
- Úspěšné absolvování testu
- Splnění příslušný technický stupeň a věk
 - III. Třída 3.kyu a 18 let
 - IV. Třída 6.kyu a 18 let
 - Asistent trenéra 4.kyu a 16 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 10.09.2025