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

Pořádá : *SKIF CZ*

Datum konání : *5.12.2026*

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 3.12.2026.*

Registrace v místě konání : sobota 5.12.2026. 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
- Úspěšné absolvování testu
- Splněný 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 5.11.2026