

Praktický seminář pro trenéry II. a III. třídy

1. Místo: Czech Sailing Centre Nechanice, Vikletice 48, 438 01 Chbany
2. Termín: 27. – 29. 4. 2018
3. Doba nástupu: 12 hodin dne 27. 4. 2018
4. Organizuje: Zdeněk Sünderhauf- předseda Trenérsko- metodické komise ČSJ
5. Určeno: pro trenéry především II. třídy. Dále i pro trenéry III. třídy a pro obnovení trenérských licencí.
6. Počet uchazečů: omezen počtem 16. Při větším počtu zájemců si pořadatelé vymíňují vybrat konkrétní uchazeče.
7. Hlavní kouč: Martin Trčka- jeho profil viz. www.jacht-akademie.cz
8. Přednášející: Jan Sedláček, František Bauer, Hanka Chlumská, Tonda Mrzílek, Martin Soušek
9. Program praktické části:
 1. Manipulace a údržba motorového člunu, jednoduché opravy motorů, manévry, přistávání, pozice při natáčení trénujících závodníků- František Bauer
 2. Praktická ukázka první pomoci- Jan Sedláček
 3. Skupina Laseristů min. 3, max 6, všichni v jedné třídě, tj. 4,7, nebo Radial, nebo Standard. Můžou asi být i dvě skupiny např. 3 Radiály, 3 Standardy...
 4. Skupina max. 4 lodí třídy Feva
 5. 3-4 čluny, podle počtu účastníků, tak aby se cca po 3 - 4 lidech dostali na člun a měli možnost střídát, pokud bude více účastníků.
 6. Každé skupince se zadá úkol, co se má odtrénovat (objezdy bóje, start, technika na stoupačku/ zaďák), a pak si připraví krátký rozbor vč. videa, na cca 15-20min. Tam se rozebere, jak se s tím vypořádali, zda natáčeli ze správného úhlu, co vědí o technice atd.
 7. Účastníci by měli mít kameru, případně bude zapůjčena - dnes stačí i lepší mobil, tablet, ideálně ve vodě odolnějším provedení, dá se použít i iPad ve vodotěsném obalu.
10. Program teoretické části:
 1. Rozbory natočených tréninkových scénářů u tabule a společné hledávání nejlepších řešení- Martin Trčka
 2. Základní nácviky mladých jachtařů- Tonda Mrzílek
 3. Základy teorie větru- Antonín Mrzílek
 4. Závodní pravidla- Martin Soušek
 5. Psychologie dětského závodníka a projevy šikany- Hanka Chlumská
11. Výstupy: teoretická i praktická část programu bude natočena a po úpravě umístěna na Web Jachtařské akademie – www.jacht-akademie.cz, pro další výuku.
12. Osvědčení: po úspěšném absolvování přednášek a praktické části, mohou účastníci obnovit trenérské licence II. a III. třídy. Noví zájemci o trénování mohou získat trenérskou licenci III. třídy, po úspěšném absolvování testů.
13. Cena: Pro účastníky zdarma na základě podpory od Českého svazu jachtingu
14. Technické zajištění: 3 až 6 plachetnic třídy Laser, 3- 6 plachetnic třídy RS Feva, 4 motorové čluny pro účastníky, 1 člun pro kameramana, projektor, tabule s klipcharty.
15. Ubytování: v apartmánech s vlastním WC, sprchou a kuchyňkou, kontakt mob: 777 117 513, recepce@cscn.cz.
16. Přihlášky: na www.jacht-akademie.cz ve složce-Aktivity, nebo přes Markétu Švecovou, mob: 724 518 515, msv242@gmail.com

V Praze dne 6. 3. 2018