

## Česká asociace squashe pořádá

# ŠKOLENÍ TRENÉRŮ SQUASHE IV. TŘÍDY ČASQ

**Datum:** 9. - 10. ledna 2016 (sobota-neděle)

**Časový plán:** zahájení v sobotu 9.1. 2016 v 9:00 hodin  
ukončení v neděli 10. 1. 2016 v cca 17:00 hodin

**Náplň kurzu:** dle schváleného Systému trenérských tříd ČASQ 2015

### Základní obsahová struktura:

- seznámení se squashem (pravidla, historie, trendy, vybavení, názvosloví)
- zásady bezpečnosti a základní principy práce trenéra
- struktura a obsah tréninkové jednotky „IDEAS“ dle ESF
- příprava před tréninkem a činnost po tréninku
- držení rakety (grip), postavení k míči, švih
- základní úderý
- pohyb po kurtu
- zásady a zvláštnosti tréninku dětí
- hra a základy taktiky
- chování při hře (kodex chování trenéra, hráče, rodiče)

**Požadavky:** Účastník kurzu musí dobře ovládat základy squashe, správnou techniku úderů, pohyb po kurtu, znalosti základní terminologie a základní pedagogické schopnosti

**Místo konání:** Squashové centrum Cibulka, Fabiánova 1134, Praha 5

**Školitel:** Mgr. Dominik Šácha, 608 448 881, dondas@volny.cz

**Cena kurzu:** 2.900,- Kč

**Přihlášky:** Elektronickou poštou na adresu [roll@czechsquash.cz](mailto:roll@czechsquash.cz) nejpozději do 23.12.2015.  
Podmínkou zařazení do kurzu je úhrada poplatku na účet ČASQ nejpozději do 5.1.2016  
Číslo účtu: 107-2923330277/0100, variabilní symbol: ID hráče v systému ČASQ

**Obsah přihlášky:** Jméno a příjmení, ID člena ČASQ, datum narození, adresa, mateřský klub nebo centrum, telefonní kontakt na uchazeče a mailová adresa

**Kurz se uskuteční při účasti min. 5 zájemců.**