



MORAVSKOSLEZSKÝ SVAZ STOLNÍHO TENISU

Vítkovická 3083/1, 702 00 Ostrava

www.msst.cz

MSSST pořádá seminář a doškolení trenérů licence „C + D“

1. **Termín konání:** sobota 10.6.2023 13:00 – 18:00hod.
2. **Místo konání:** KD Děhylov, Výstavní 11
3. **Vedoucí semináře:** Petr Synek, tel: 607 775 221, e-mail: petsyn@email.cz
4. **Administrátor semináře:** Karel Synek
5. **Lektoři:**
 - lektoři stolní tenis – , Petr Synek (licence B), Markéta Synková (licence C), Dominika Koblovská (licence C), Patricie Segetová (licence C), Lukáš Slavík (licence D)
6. **Prezentace účastníků:** 12:30 – 13:00hod.
7. **Zahájení:** 13:00hod.

Program:

➤ Teoretická část:

členění a obsah tréninkové jednotky včetně vzorové tréninkové jednotky hráčů se zásobníky, zásobníky úderů a herních kombinací včetně vysvětlení významu a ukázky speciálního a kondičního cvičení

➤ Praktická část:

praktická nauka práce na zásobnících míčků, nejčastější chyby v technice jednotlivých úderů a korekce těchto chyb, změny v technice úderů a postavení těla a nohou v návaznosti na nové trendy ve vývoji stolního tenisu, hra s materiálem – sendvič, tráva

Všeobecné pokyny:

- **S sebou:** psací potřeby a poznámkový blok, sportovní oblečení
- **Přihlášky:** do 30.5.2023 přes registr ČAST –
https://registr.ping-pong.cz/htm/auth/sprava/treneri/skoleni/prihlasky.php?skoleni_id=27
- **Poplatek za doškolení:** dle směrnice ČAST č.2/2022 a bude vybírán v hotovosti na místě

Petr Synek v.r.

předseda TMK MSSST