

Seminář trenérů a rozhodčích – Program

		Trenéři	Rozhodčí
Pá	24.11.2017	od 17:30 příjezd, ubytování 18:00 Večeře 19:00 ISOM2017 Detailnější seznámení účastníků s novým mapovým klíčem, který bude povinný pro celostátní závody od roku 2018. Seznámení s nově připravovanou specifikací piktogramů popisů kontrol. Mapová rada, Luděk Krtička 20:00 Motivace k trénování mládeže Pohled na motivaci k tréninku mládeže v návaznosti na konferenci k trénování mládeže, která proběhla 5.-6.11. v Hradci Králové. Jiří Hlaváč	
So	25.11.2017	8:00 Snídaně 9:00 Juniorská zpětná vazba Poznanky ze závodních vystoupení 2017 1 skandinávské JMS vs kontinentální JEC, zaměření tréninků v následujícím období. Pavel Košárek Cesta do reprezentace Shrnutí desetileté sportovní přípravy od žákovských kategorií do reprezentace. Vendula Horčíková, Adéla Indráková 11:00 Osobní běžecké volno Možnost sportovního či kulturního vyžití dle libosti. :-) 12:00 Oběd 13:00 Kompenzační cvičení/Speciální běžecká příprava* Praktické ukázky v tělocvičně David Směkal/Pepa Andre 18:00 Večeře 19:30 Workshop: Rozbor závodů 2017 Hodnocení a rozbor závodů sekce OB 2017 formou moderované diskuse a workshopu - především stavba tratí (farstování štafet, sprinty, tratě MČR), ale i organizace, arény. Shrnutí hodnocení a hlavně konkrétní ukázky a diskuse co se povedlo a naopak čeho se do budoucna zkusit vyvarovat. Moderovaná diskuse - Wolf, Hošek	9:00 Sportident AIR pro bezkontaktní ražení Specifika a zásludnosti, se kterými se můžeme setkat při použití bezkontaktního systému ražení na závodech. Technická stránka Slair. Připravovaná úprava bezkontaktního ražení v českých pravidlech. Jan Fiala Specifika a úskalí stavby tratí pro více než 1000 závodníků Rostoucí počet závodníků na závodech všech úrovní přináší i nové starosti a úkoly pro pořadatele a stavitele tratí. Jak se s nimi vyrovnat? Radim Hošek 13:00 Technické standardy a nadstandardy pořádání závodů Co by dnes mělo být standardem, aneb nové nároky na pořadatele hlavních závodů. Jak na online mezičasy, online výsledky, GPStracking, návštěvu televize (Pícek) či velkoplošnou obrazovku? Roman Zbránek, (část Pícek) Farstování a stavba tratí štafet Jak farstovat štafety? Trocha teorie, ukázky ze závodů, srovnání jak se farstuje v ČR a jak ve světě a ukázky stavby tratí štafet a veškerého nastavení přímo v OCADu. Jan Pícek
Ne	26.11.2017	8:00 Snídaně 9:00 Trénink dorostu Shrnutí výsledků srovnávacích testů mládeže 2017, plán akcí dorostu na rok 2018. Marek Cahel Rozvojové projekty a spolupráce s kluby ČSOS Přehled projektů ČSOS směřujících k akcím pro veřejnost a k náboru nových členů. Kristýna Skyvová Sportovní výživa Náhled na sportovní výživu z pohledu potřeb mladých závodníků. Petra Šedivá 12:00 Oběd	9:00 MČR na klasické trati 2017 pohledem pořadatele Pohled z opouli na druhou stranu barikády. Jaké bylo poprvé uspořádat MČR na klasice? Jak vznikaly a jak "lehce" se stavěly tratě na Skalní bráně? Kateřina Kašková a kol. Jak nevytvořit případ pro jury Protesty a fungování jury na českých závodech. Příklady případů z nedávné historie, které musela řešit jury a jak jim jako pořadatelé předejít Daniel Wolf