

Harmonogram metodického semináře trenérů 3.-5. 12. 2021

Pátek 3. 12.:

18:30-20:00 hod. online *Vojtěch Král: Limity sprintu (sprintová prezentace)*

Sobota 4. 12.:

9:00-11:00 hod. *Jan Havlíček: Atletická abeceda*

Místo: atletický stadion TJ Turnov. Vhodné oblečení a obuv na dráhu.

11:30-13:30 hod. *Pavel Košárek: praktické ukázky/trénink v terénu v návaznosti na přednášku V. Krále*

Vhodné oblečení a obuv na OB + buzola.

13:30-14:30 hod. oběd, je domluveno jednotné jídlo v krabičce

14:30-16:30 hod. *Jakub Ransdorf: Vedení skupiny žactva*

Místnost v areálu atletického stadionu. Podmínky k účasti níže.

Pokud se někdo nebude moci zúčastnit prezenčně, je možnost přednášky on-line.

Neděle 5. 12.:

18:00-19:30 hod. online *Pavel Košárek: vyhodnocení sobotního tréninku za pomoci GPS.*

Všechny on-line přenosy proběhnou přes Zoom a budou přístupné pouze pro přihlášené na seminář. V průběhu přednášek bude možné pokládat dotazy a může proběhnout následná diskuze. Z důvodu velkého počtu účastníků prosím, abyste se pro každý přenos začali hlásit zhruba 10 minut dopředu. Pokud zrovna nebudete hovořit, mějte po celou dobu vypnutý mikrofon.

Covid podmínky pro prezenční účast na akci:

Akce se mohou zúčastnit osoby, které se prokáží buď proděláním nemoci v uplynulých 180 dnech nebo ukončeným očkováním. Zároveň prosím, abyste si pro větší bezpečnost akce udělali PCR test starý maximálně 48 hodin před zahájením prezenční části. Tento test je pro očkované 2x do měsíce zdarma.

Během přednášky Vedení skupiny žactva budou mít všichni účastníci nasazený respirátor.

Prosím potvrďte na můj mail do neděle 28. 11. účast na prezenční části semináře. Je to důležité z důvodu objednání obědů a z důvodu pozvání náhradníků. V odpovědi na tento mail vám během příštího týdne přijdou odkazy na on-line přednášky.

Zvolili jsme tento model semináře z důvodu stále se horšící epidemické situace. Zároveň jsme chtěli zachovat aspoň v nějaké míře prezenční formu. Proto jsou nastavené podmínky momentálně trochu přísnější než ty, které jsou vyhlášené Vládou ČR. Důvodem je maximálně bezpečné prostředí pro všechny účastníky. V případě dalšího zpřísnění bude celý seminář on-line.

V případě dotazů mě kontaktujte.

Děkuji za pochopení.

Pavel Košárek

pavel.kosarek@seznam.cz

601 188 797