



**Česká basketbalová federace Jižní Čechy a Metodická
komise SBT JČ ve spolupráci s BSK České Budějovice
pořádají**

**Regionální doškolovací seminář pro basketbalové trenéry
v rámci „Amerického basketbalového týdne“**

Termín a místo: středa 15. července 2015; tělocvična ZŠ a MŠ Kubatova ul.
(ZŠ a MŠ Kubatova 1, České Budějovice, 370 01)

Téma: **Názorné ukázky a cvičení pro zlepšení útočných a obranných
dovedností pomocí zábavných a kreativních cvičení.**

Lektoři: Americký univerzitní kouč Rick Harrison z Northland International
University (NIU) se svými hráči

Program: 17.00 - 17.25 hod. prezence

17.30 -18.30 hod. **Offensive drills (Cvičení na útok)**

(Shooting mechanics, Ball handling and footwork, Positioning,
Half-court ball movement, Transition – fast break/press break)

18.45 - 19.45 hod. **Defensive drills (Cvičení na obranu)**

(Man-to-man tips, Team defense, Rebounding)

19.45 - 20.00 hod. **Diskuse a zakončení semináře**

(Trenér Harrison se bude snažit zodpovědět Vaše otázky a pomoci Vám
se specifickými potřebami Vašeho basketbalového programu.)

Účastnický poplatek: 50,- Kč (platba v hotovosti při prezenci)

Účast na semináři lze využít při obnovování platnosti trenérské licence.

Za TMK SBT ČBF JČ – Marek Kos, kos@basketcb.cz