



**BK Klatovy ve spolupráci s ČBF pořádá**

## **SEMINÁŘ TRENÉRŮ BASKETBALU**

Seminář určený trenérům všech věkových kategorií se uskuteční  
**v neděli 1. února 2015 ve sportovní hale BK Klatovy (Voříškova 715, Klatovy).**

### **PROGRAM SEMINÁŘE:**

16:00 – 16:30 Prezence účastníků, zahájení semináře

16:30 – 17:45 Ing. Jindřich Svojanovský

**„Využívání nových moderních i tradičních tréninkových pomůcek k rozvoji obratnosti, koordinace a rychlosti“**

17:50 – 19:00 Lubomír Růžička

**„Nový pohled na strukturu tréninkové jednotky“**

*V obou případech budou přednášky rozděleny na stručný teoretický úvod a praktickou část s ukázkami cvičení. Předem přihlášení účastníci obdrží DVD s ukázkami cvičení na koordinačním žebříku, balančních podložkách a plastových překážkách. Účastníci bez přihlášky předem obdrží DVD po semináři poštou.*

### **LEKTOŘI**

#### **Ing. Jindřich Svojanovský**

Absolvent TŠ FTVS UK v Praze, licence A. Dlouholetý trenér mládeže (Svitavy, Chomutov, kempy) i dospělých (Tuří Qanto Svitavy). Aktuálně hlavní trenér BK Klatovy.

#### **Lubomír Růžička**

Student TŠ FTK UP v Olomouci, licence B. Mladý ale již zkušený trenér mládeže (Pardubice, Prostějov, Nymburk) a dospělých (asistent v BK Orli Prostějov, hlavní trenér Tuří Qanto Svitavy). Aktuálně hlavní trenér extraligových U19 BA Nymburk a asistent trenéra v ČEZ Basketbal Nymburk, asistent trenéra mužské reprezentace ČR, účastníka ME 2015.

### **PŘIHLÁŠKY NA SEMINÁŘ:**

1) Přihlaste se nejpozději do 28. 1. 2015 na e-mail [jindra.svojan@seznam.cz](mailto:jindra.svojan@seznam.cz) a zároveň uhrad'te účastnický poplatek 250,- Kč na účet BK Klatovy číslo 241338205/0300 (konstantní symbol 308, specifický symbol 133, variabilní symbol = rodné číslo, do zprávy pro příjemce uveďte jméno a příjmení trenéra). V ceně jsou započteny i náklady na zmíněné DVD.

2) Přihlaste se v průběhu prezentace před zahájením semináře a uhrad'te v hotovosti účastnický poplatek 300,- Kč. V ceně jsou započteny i náklady na zmíněné DVD včetně poštovného. Pro urychlení registrace a omezení administrativy na místě žádáme účastníky o upřednostnění první varianty. Jiné způsoby registrace než body 1 nebo 2 nejsou možné (tedy např. nelze zaslat přihlášku prostřednictvím e-mailu a následně zaplatit na místě v hotovosti jen 250 Kč).

Účast na semináři lze využít při obnovování trenérské licence.

Na Vaši účast se těší Klatovy – město basketbalu zaslíbené.

Ing. Jindřich Svojanovský