Výbor sekce dálkového a zimního plavání Českého svazu plaveckých sportů

pořádá školení

TRENÉR DÁLKOVÉHO A ZIMNÍHO PLAVÁNÍ III. A IV. třídy

Místo konání:	Pardubice, hotel Zlatá štika (teoretická část + zázemí)
Termín konání:	1. část: 06.-08.11.2026 2. část: 27.-29.11.2026
Přihlášky:	do 25.10.2026¨
Garant školení za ČSPS:	Mgr. Aleš Zenáhlík
Vedoucí školení:	MUDr. Jaroslav Novák, PhD a Mgr. Jan Srb
Počet účastníků:	maximálně 20 (pořadatel si vyhrazuje právo odmítnout přihlášky obdržené po naplnění počtu účastníků)
Časový harmonogram:	1.část od pátku 06.11. ve 14.00 hod do neděle 08.11. ve 14.00 hod 2.část od pátku 26.11. ve 14.00 hod do neděle 29.11. ve 13.00 hod
Podmínky pro přijetí:	člen ČSPS, věk nejméně 18 let pro III. třídu nebo 15 let (pro IV. třídu),
Počet hodin:	50 vyučovacích hodin (1 vyučovací hodina = 45 minut)
Stručný program školení:	Obecná část: (historie DP a ZP, úvod do anatomie a fyziologie, základy sportovního tréninku, úvod do pedagogiky a psychologie sportu, první pomoc). Širší specializovaná část: technika plaveckých způsobů, suchá příprava, regenerace, sportovní výživa, pravidla a soutěžní řád DZP. Specializovaná část DP: orientace a zásady bezpečnosti při plavání v otevřených vodách, taktika závodu v DP, občerstvování při DP soutěžích a individuálních pokusech. Specializovaná část ZP: adaptace organismu na extrémní chlad, metodika tréninku v ZP, zdravotní význam otužování, bezpečnost při plavání v ledové vodě (podrobný program bude přijatým účastníkům zaslán elektronicky).
Cena školení:	3.700 Kč. Bankovním převodem na účet ČSPS do 31.10.2026. Cena zahrnuje odborný rozsah školení plus stravování (páteční večeře, sobotní oběd a večeře, nedělní oběd).
Ubytování:	Zajištěno v hotelu Zlatá štika. Cena na osobu za 4 noci se snídaní při ubytování ve dvojlůžkovém pokoji 3.700 Kč, v jednolůžkovém 5.120 Kč. Zájemci o ubytování zašlou požadavek s přihláškou na školení. Platba bankovním převodem na účet ČSPS súhradou za školení.
Kvalifikace:	Úspěšní absolventi školení starší 18 získají kvalifikaci trenér III. třídy DP a ZP. Úspěšní absolventi mladší 18 let získají kvalifikaci trenér IV. třídy, která se jim po dosažení 18 let automaticky změní na III. třídu.
Informace:	Michal Štěrba, michal.sterba@czechswimming.cz, mobil 602 613 866
Přihlášky na:	https://is.czechswimming.cz/skoleni/409