

# ČESKÝ FLORBAL



## Školení trenérů florbalu licence "D"

Jičín

sobota 30. 4. 2023

<i>od - do</i>	<i>čas</i>	<i>náplň</i>	<i>místo</i>	<i>vyučující</i>
8:00 - 8:15	15'	Úvodní administrace školení	učebna	Jaroslav Čížek
8:15 - 9:00	45'	Poslání a fungování Českého florbalu	učebna	Jaroslav Čížek
9:00 - 10:30	90'	Všeobecná sportovní příprava dětí a úloha trenéra při výchově mladých sportovců	učebna	Jaroslav Čížek
10:30 - 11:00	30'	Základy florbalové techniky	učebna	Jaroslav Čížek
11:15 - 12:45	90'	Zásady a tvorba TJ, vytváření cvičení a modelový trénink	učebna	Dominik Sova, Luboš Rauer
12:45 - 14:00		Oběd		
14:00 - 15:30	90'	Základy florbalové techniky	tělocvična	Dominik Sova, Luboš Rauer
15:30 - 17:00	90'	Zásady a tvorba TJ, vytváření cvičení a modelový trénink	tělocvična	Dominik Sova, Luboš Rauer
17:00 - 17:10	10'	Ukončení školení a dotazy	tělocvična	Jaroslav Čížek

s sebou sportovní oblečení, sálovou obuv, florbalku a psací potřeby

**Tel : Jaroslav Čížek - 605 415 151**