

POZVÁNKA SEMINÁR TRÉNEROV A ROZHODCOV ŠPORTOVÉHO AEROBIKU

16.02 – 18.02.2024

Sekcia ŠPORTOVÉHO AEROBIKU SGF Vás srdečne pozýva na seminár trénerov a rozhodcov, s pridanou aktivitou pre športovcov. Seminár bude vedený interaktívnou formou s doplnením teoretických poznatkov.

Cieľ: Zvýšenie informovanosti a odbornosti trénerov a rozhodcov športového aerobiku.

Dátum: 16.02 – 18.02.2024

Miesto: Mestská športová hala v Trnave, Rybníková 15,91701

Zodpovedná osoba za podujatie: Mgr. Miriam Bednáriková

Finančné podmienky:

SGF:

- Prenájom priestorov
- Odmena lektorov

Účastníci:

- Ubytovanie, strava, doprava - na vlastné náklady
- Účastnícky poplatok

Účastnícky poplatok:

40 € pre členov SGF (platba až po zaslaní faktúry zo SGF)

55 € pre nečlenov SGF (platba až po zaslaní faktúry zo SGF)

*Účastnícky poplatok pre športovcov, ktorí sa aktívne zúčastnia tréningového programu (sobota): **20 €** (platba až po zaslaní faktúry zo SGF).*

*Účastnícky poplatok pre športovcov, ktorí sa zúčastnia len školenie Poruchy prijmu potravy (sobota): **5 €** (platba až po zaslaní faktúry zo SGF).*

Poznámka: Vzhľadom na priestorové možnosti je maximálny počet športovcov v praktickej časti seminára nasledovný:

vek 11-14 rokov: 2 pretekárky / klub

vek 15-17 rokov: 2 pretekárky / klub

vek 18-26 rokov: 2 pretekárky / klub

V prípade, že sa kapacita v kategórii nenaplní alebo v klube nie je daná veková kategória, budeme Vás kontaktovať mailom o možnosti doplnenia pretekárov.

Účastnícky poplatok je potrebné uhradiť až po doručení faktúry zo Se SGF najneskôr do **20.1.2024**. Faktúry budú vystavené klubom na základe menovitých prihlášok zaslaných na SGF.

Prihlášky: do 15.1.2024

- Ctrl + klik - <https://forms.gle/e6Gxz5tq8zV7tP2f7>

Prineste si: oblečenie na cvičenie, tenisky, uteráčik, fľašu s vodou, zápisník + pero
Tréneri/rozhodcovia: písacie potreby, fľašu s vodou, oblečenie do telocvične



PeddDr. Monika Šišková

Prezidentka SGF



Mgr. Karina Danielová

Predsedníčka sekcie ŠA

PROGRAM

Piatok 16.02.2024 (online)

18:00 – 19:00	Webinár - SADA <ul style="list-style-type: none"> • Zoznam zakázaných látok • Najčastejšie zneužívané látky • Doplnky výživy a doping • Terapeutické výnimky 	Antidopingová agentúra SADA
---------------	--	--------------------------------

Sobota 17.02.2023 (gymnastická telocvičňa)

08:00 – 08:30	Prezentácia a otvorenie	M. Bednáriková/ K.Danielová
08:30 – 09:00	Príhovor prezidentky SGF	M. Šišková
09:00 – 10:30	Poruchy príjmu potravy (trénerky/rozhodkyne)	Chut' žiť
10:30 – 11:00	Prestávka na občerstvenie (trénerky/rozhodkyne)	
10:30 – 12:00	Poruchy príjmu potravy (pretekárky)	Chut' žiť
11:00 – 12:00	Informačný systém (trénerky/rozhodkyne)	M.Andrejkošová
12:00 – 13:00	OBED – zabezpečuje si každý účastník individuálne	
13:00 – 13:30	Aerobik podľa lektora + rozcvičenie (pretekárky)	P. Tomková
13:30 – 14:00	Rozcvičenie (pretekárky)	P. Tomková
14:00 – 15:45	Športová akrobacia: vek 11-14 rokov	M. Sák
14:00 – 15:45	ŠA cvičebné tvary obťažnosti: vek 15-17, 18-26	J.Strakoš
15:45 – 16:00	Prestávka na občerstvenie	
16:00 – 18:00	Športová akrobacia: vek 15-17, 18-26	M. Sák
16:00 – 18:00	ŠA cvičebné tvary obťažnosti: vek 11-14 rokov	J.Strakoš

Nedeľa 17.02.2023 (školiaca miestnosť)

09:00 – 10:30	NŠC Diagnostika trénovanosti	P. Dúbravský (NŠC)
10:30 – 11:00	Prestávka na občerstvenie (káva, čaj)	
11:00 – 12:30	Periodizácia v ŠA - súťažný mezocyklus	O. Kyselovičová
12:30 – 13:30	OBED – zabezpečuje si každý účastník individuálne	
13:30 – 14:30	Termínová listina, plán súťaží, sústredenia reprezentačných úsekov, nominačné kritériá, plán prípravy reprezentačných úsekov, rôzne	K. Danielová A.Lamošová/K.Šanková
14:30 – 14:45	Prestávka na občerstvenie (káva, čaj)	
14:45 - 15:45	Pripomienkovanie nových pravidiel (2025-2029)	P.Tomková
15:45 – 16:00	Prestávka na občerstvenie (káva, čaj)	
16:00 – 16:30	Prezentácia aktuálnych pravidiel ZP	N.Solárová
16:30	Ukončenie seminára	

