



ČESKÝ SVAZ
TAEKWON-DO ITF

Zátopkova 100/2, P.S. 40,
Praha 6, 160 17

+420 604 258 109

sekretariat@taekwondo.cz

www.taekwondo.cz



Regionální odborný fyzioterapeutický seminář

Seminář je určen především pro instruktory a asistenty instruktora. Aby byl čas vše důkladně vyzkoušet, opravit i pochopit, je účast na semináři omezena na 25 osob.

Seminář bude započítán do svazové evidence docházky. Doporučujeme absolvovat seminář v doboku.

Termín: sobota 23. června 2018

Místo: Tělocvična SOŠ ochrany osob a majetku, Liptaňské náměstí 890, Ostrava-Poruba

Cena: 350 Kč/osoba

Přihlášky: Pouze přes [online formulář](#) do **neděle 17. června 2018**

Vzhledem k omezené kapacitě budou v případě více zájemců upřednostněni instruktoři a asistenti instruktora z příslušného regionu.

Pořadatel: Technické oddělení Českého svazu Taekwon-Do ITF
Škola Taekwon-Do ITF Panter Kralovice

Lektor: Mgr. Martin Svitek, fyzioterapeut a mezinárodní instruktor ITF, 5. dan
(dotazy ohledně odborného obsahu zasílejte na e-mail martin.svitek@taekwondo.cz)

Program:

10:00 – 13:00	Část I (principy fyziologické práce s tělem – shrnutí loňského semináře)
13:00 – 15:00	Přestávka na oběd
15:00 – 17:00	Část II (inspirace, vysvětlení a cvičení dynamického strečinku, baterie cvičení pro práci s tělem, vnímání pro hosinsool, posilovací cvičení, cvičební inspirace z vývojové kineziologie, tgu)
17:00 – 18:00	Diskuze (možno pokračovat v předchozích tématech nebo dle potřeby věnovat čas specifickým dotazům účastníků – viz přihláška)