



Svaz lyžařů ČR – úsek alpských disciplín

**POZVÁNKA na vzdělávací akci – jednodenní workshop, který se koná  
v sobotu 5.9.2026 v Trutnově**

**Svaz lyžařů České republiky - odborný sportovní úsek alpských disciplín Vás zve na jednodenní workshop pro trenéry AD SLČR, který slouží k načerpání nových vědomostí a vlastnímu vzdělávání.**

**WORKSHOPY AD SLČR – vysvětlení, význam, přínos**

Workshopy AD SLČR navazují na již uspořádané vzdělávací akce uspořádané v minulých letech. Workshopy AD SLČR jsou 1 – 2 denní letní nebo zimní vzdělávací akce zaměřené na vzdělávání trenérů. Program workshopu je složen z vybraných témat, která jsou prezentována lektory a metodiky AD SLČR, případně pozvanými odborníky na danou problematiku. Workshopy AD SLČR jsou krátké a intenzivní vzdělávací akce určené pro relativně malou skupinu lidí a zaměřené na výuku technik a dovedností užívaných v oblasti závodního lyžování a tréninku lyžařských závodníků. Workshop AD SLČR je také tvůrčí, pracovní setkání.

Cílem workshopů AD SLČR je přímé působení na trenéry za účelem jejich vzdělávání a podpory jejich vnitřní motivace se vzdělávat. Významným benefitem je přímá interakce a tím přímá zpětná vazba pro metodiky AD vypovídající o reálných potřebách trenérů v ČR. Zkušenosti z workshopů poslouží jako podklad pro další zlepšení systému vzdělávání.

**Vzdělávací akce – workshopy slouží také k prodloužení licencí trenérů AD SLČR.**

- Termín:** 5. 9. 2026
- Místo:** Středisko volného času Trutnov, Na Nivách 568, Trutnov  
(<https://www.svctrutnov.cz/>). Parkoviště je přímo před areálem.
- Ubytování:** SLČR AD na tuto akci nezajišťuje.
- Cena:** Cena 600,-Kč za osobu, cena zahrnuje organizaci a zajištění workshopu pro trenéry AD SLČR.
- Platba:** Pouze hotově, na základě platby bude vydán příjmový doklad.
- Doprava:** Vlastní.
- Oběd:** Oběd ve vlastní režii. V areálu je kavárna s drobným občerstvením. Nabídka občerstvení v kavárně bude rozšířena pro účastníky workshopu. Nabídka restaurací v Trutnově [https://www.tripadvisor.com/Restaurants-g790182-Trutnov\\_Hradec\\_Kralove\\_Region\\_Bohemia.html](https://www.tripadvisor.com/Restaurants-g790182-Trutnov_Hradec_Kralove_Region_Bohemia.html)
- Program:** 8:45 – 9:00 prezence účastníků v přednáškové místnosti Atelier  
9:00 – 16:00 program workshopu, 12:00 – 13:00 oběd



**Témata:**

- technická koncepce AD SLČR – vybrané téma do hloubky pro jednotlivé kategorie – workshop
- technická koncepce OSÚ AD SLČR kategorie U10, U12 – prezentace
- lyžařské dovednosti - specifické – závodní lyžování
- testování lyžařských dovedností v sezoně 2026-2027
- biomechanika nohy - biomechanika a fungování chodidla v kontextu sjezdového lyžování
- biomechanika lyžování – jiný pohled
- vybrané kondiční tréninkové jednotky zaměřené na praxi
- kondiční testy AD SLČR pro mládež
- trable přechodu U16-U18 - poznatky, postřehy a zamyšlení nad problematickým obdobím
- prezentace výukových materiálů AD SLČR, zahraniční zdroje

**S sebou:** Věci na přednášky, sportovní oblečení na kondiční část. Kondiční část bude probíhat ve vnitřních i venkovních prostorách. Vezměte si každý svoji karimatku a dále kdo má může si vzít masážní válec, masážní míček, theraband.

**Termíny a místa vzdělávacích akcí – workshopů 2026:**

**27.6. Lipno**

**5.9. Trutnov**

**24.10. Horní Bečva**

**Přihlášky:** Termínovou listinu a přihlášky na vzdělávací akce najdete na stránkách AD SLČR v sekci vzdělávání trenérů <https://www.czech-ski.com/alpske-discipliny/dokumenty>

Vyplněné přihlášky na konkrétní termíny posílejte na [sekretariatad@czech-ski.com](mailto:sekretariatad@czech-ski.com)

Uzávěrky přihlášek na jednotlivé akce jsou vždy týden před termínem akce.

V případě bližších informací kontaktujte Jiřího Matějů, tel. 777 801 050, [jiri.mateju@czech-ski.com](mailto:jiri.mateju@czech-ski.com) nebo Radima Jireše, tel. 606 708 399, [radim.jires@czech-ski.com](mailto:radim.jires@czech-ski.com).

Organizátoři si vyhrazují možnost upravit program v případě potřeby.

Jiří Matějů, Radim Jireš  
metodici OSÚ AD SLČR

Jan Fiedler  
sportovní ředitel OSÚ AD SLČR