



Svaz lyžařů ČR – úsek alpských disciplín

**POZVÁNKA na vzdělávací akci – jednodenní workshop, který se koná
v sobotu 24.10.2026 v Horní Bečvě**

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: 24.10.2026

Místo: ZŠ T.G.Masaryka, Horní Bečva 544, 75657 Horní Bečva
<https://mapy.cz/s/nafufuveda>

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 v restauraci Staré časy vedle školy
<http://www.penzion-starecasy.cz/cz/kategorie/restaurace.aspx>

Program: 8:45 – 9:00 prezence účastníků

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

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 nebo Radima Jireše, tel. 606 708 399, 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