PROPOZICE KURZU

Slalomový kurz

Specializační kurz pro instruktory sjezdového lyžování

Stubai (Rakousko) · 22.–27. 11. 2026 (neděle – pátek) · přihlášky do 15. 11. 2026

1. Pořadatel

Základní lyžování SLČR p.s. ve spolupráci s ACSI. Garantem kurzu je Róbert Záboj, vedoucí Republikového lektorského sboru Základního lyžování SLČR a aktivní závodník série Masters. Kurz vedou zkušení trenéři a závodníci.

2. Termín a místo

- **Termín:** 22.–27. 11. 2026 (neděle – pátek). Kurz začíná v neděli 22. 11. ve večerních hodinách a končí v pátek 27. 11. praktickými zkouškami.
- **Místo:** Stubai, Tyrolsko (Rakousko) – ledovcový areál Stubaier Gletscher na konci údolí Stubaital, necelých 40 km od Innsbrucku.
- Termíny a místa konání se mohou změnit podle sněhových podmínek.

3. Pro koho je kurz určen

Specializační kurz je určen instruktorům sjezdového lyžování a dalším dobrým lyžařům, kteří se chtějí věnovat jízdě v brankách a jejímu tréninku. Kurz je povinný pro uchazeče o kvalifikaci Instruktor sjezdového lyžování I. třídy – nejvyšší stupeň.

Vstupní podmínky: zúčastnit se může každý dobrý lyžař.

4. Zaměření a obsah

Praktická část na sjezdové trati: trénink, technika a taktika jízdy v obřím slalomu – volba stopy, rytmus oblouků, práce s tlakem do lyží a kontrola rychlosti; trénink s průběžnou zpětnou vazbou trenérů; použití tréninkového materiálu; stavba trati obřího slalomu.

Teoretická část: parametry tratí obřího slalomu a věkové kategorie, stavba trati, pravidla FIS pro pořádání závodů, závodní výbava a její údržba včetně praktické ukázky, základy sportovního tréninku sjezdových lyžařů a bezpečnost tréninku.

Absolvent kurzu je připraven trénovat, stavět a organizovat obří slalom v lyžařském klubu i ve škole a zajistit bezpečnost tréninku.

5. Program (orientační)

den	program
neděle 22. 11.	večer zahájení: prezentace, seznámení a úvodní přednáška (čas a místo sdělíme přihlášeným před kurzem)
pondělí 23. 11. – čtvrtek 26. 11.	praktická část na sjezdové trati (časy upřesníme na místě), večer semináře a přednášky
pátek 27. 11.	praktické zkoušky – stavba trati obřího slalomu a jízda v obřím slalomu

Program se může upravit podle počasí a sněhových podmínek.

6. Zkoušky

Kurz končí praktickými zkouškami: stavbou trati obřího slalomu a jízdou v obřím slalomu. Zkouška z lyžování je pojata jako závod v obřím slalomu. Pro úspěšné absolvování musí každý účastník zajet čas v limitu, který se určuje z referenčního času předjezdce (předjezdců):

- referenční čas **36 s a méně**: limit je čas předjezdce + 10 % pro muže a + 13 % pro ženy;
- referenční čas **více než 36 s**: limit je čas předjezdce + 12 % pro muže a + 15 % pro ženy.

Absolvent kurzu obdrží osvědčení.

7. Cena a platba

- **Cena kurzu: 9 400 Kč**, zvýhodněná cena **8 900 Kč pro členy SLČR a partnery**.
- Cena zahrnuje kurzovné a metodické materiály. Nezahrnuje ubytování, dopravu, stravu a skipas.
- Kurzovné se platí předem bankovním převodem nebo platební kartou. Pokyny k platbě zašleme přihlášeným spolu s potvrzením místa na kurzu.
- Kurzovné je splatné do 10 dnů od potvrzení místa na kurzu, nejpozději v den uzávěrky přihlášek (neděle 15. 11. 2026). Kurzovné je uhrazeno připsáním celé částky na účet.
- Kurzovné nelze platit v místě kurzu.
- Přihláška je závazná až po uhrazení ceny.
- **Storno poplatky** při odhlášení z kurzu: 0 % ceny kurzu nejpozději v den uzávěrky přihlášek (do 15. 11. 2026); 30 % od následujícího dne do jednoho dne před zahájením kurzu (16.–21. 11. 2026); 100 % v den zahájení kurzu a později (od 22. 11. 2026).

8. Přihlášky

- **Přihlášky:** Blanka Konopík Pánková, sekretariát Základního lyžování SLČR, blanka.konopik-pankova@czech-ski.com, tel. a WhatsApp +420 737 233 663.
- V přihlášce uveďte jméno a příjmení, e-mail, telefon a stávající kvalifikaci.
- **Uzávěrka přihlášek: neděle 15. 11. 2026.**
- Podrobný program a další informace zašleme přihlášeným před zahájením kurzu.

9. Ubytování, skipas, doprava a strava

- **Ubytování:** cca 40 € na osobu a noc; není v ceně kurzu.
- **Skipas:** není v ceně kurzu.
- **Doprava:** individuální, doporučujeme domluvu na společné dopravě.
- **Strava:** individuální.

10. Co s sebou

- lyžařskou výzbroj a výstroj – doporučujeme servisované lyže vhodné pro obří slalom s poloměrem 23 m a více;
- přilbu – je samozřejmostí; doporučujeme sjezdovou kombinézu;
- pomůcky pro servis a přípravu lyží (doporučujeme);
- psací potřeby a sešit;
- osobní doklady a průkaz zdravotní pojišťovny;
- peníze na ubytování, stravu a skipas.

11. Zdraví, bezpečnost a pojištění

Kurz je intenzivní a probíhá v horském prostředí za každého počasí, a proto doporučujeme věnovat několik týdnů před kurzem pozornost fyzické přípravě. Na sjezdových tratích dodržují účastníci pravidla FIS pro chování lyžařů a snowboardistů. Doporučujeme sjednat úrazové pojištění a pojištění léčebných výloh v zahraničí. Účast na kurzu je dobrovolná a na vlastní nebezpečí.

12. Kontakt a další informace

Blanka Konopík Pánková, sekretariát Základního lyžování SLČR, blanka.konopik-pankova@czech-ski.com, tel. a WhatsApp +420 737 233 663. Termíny všech kurzů: czech-ski.com › Základní lyžování › Termíny (https://www.czech-ski.com/zakladni-lyzovani/terminy).

Další termín slalomového kurzu: 25.–30. 4. 2027 (neděle – pátek), Stubai (Rakousko).

© 2026 Základní lyžování SLČR p.s.