

ROOKIE COACHES CLINIC - POLIČKA 2018				
	ČAS	LEKTOR	TÉMA	
	PÁTEK 30.11.2018	17:00	Lipavský	Ubytování a prezence
18:00-18:30			večeře	
18:35		Lipavský, Kania	Zahájení, organizační instrukce, seznámení s programem a rozdělení do skupin	
			UČEBNA č.1 POKROČILÍ (hráči)	UČEBNA č.2 ZAČÁTEČNÍCI (rodiče)
19:15		Kania/Drábek	Trénink-příprava,cykly,teorie	Trénování nejmenších dětí-specifika
20:05		Šrejberová/Felkl	Rozvoj pohyb.schopností-věk.kategorie	Základy pálení
21:00		Nesňal/Kania,Krásný	Selský rozum v raketové fyzice	Terminologie baseballu
21:45		Chadim/Hánová	Nové trendy v házení (B.Holmberg)	Zdravověda - první pomoc
SOBOTA 1.12.2018	8:00-8:40		snídaně	
	8:50		odchod do tělocvičen - HALA č.1,HALA č.2	
			HALA č.1 POKROČILÍ (hráči)	HALA č. 2 ZAČÁTEČNÍCI (rodiče)
	9:00-9:30	Šrejberová	Kondiční příprava, rozcvičení - praxe	Kondiční příprava, rozcvičení - praxe
	9:30		přestávka, příprava stanovišť	přestávka, příprava stanovišť
	9:35-11:50	všichni lektoři	Rozvoj herních činností jednotlivce	Trénink nejmladších U7 - U8
	12:00-12:40		oběd	
	12:45	Hánová	Gnostické funkce - učebna (hala) č.1	
			HALA č.1 POKROČILÍ (hráči)	HALA č. 2 ZAČÁTEČNÍCI (rodiče)
	13:45	Nesňal,Krásný/Felkl	Drily na jednotlivých postech (P,C,IF,OF)	Variabilita jednotlivých postů
	14:45	Krásný,Čech/Felkl	Nadhoz + catcher	Drilly na rozvoj pátky,odstraňování chyb
	15:35	Nesňal/Krásný,Čech	Hitting,bunting - signály	Házení a chytání (P+C)
	16:45	všichni lektoři	hry pro rozvoj nejen baseballu - pestrý trénink	
	18:00-18:50		večeře	
	19:00	Hudeček	Prevence sportovních úrazů u mládežnických kategorií	
20:00	všichni lektoři	Diskuzní kluby, aneb co vás zajímá (Super Cup, First Cup-soutěže pro nejmenší)		
21:00	Vičar	Rozhodcovské okénko - komunikace s rozhodčím		
NEDĚLE 2.12.2018	8:00-8:40		snídaně	
	8:50		odchod do tělocvičen - HALA č.1,HALA č.2	
			HALA č.1 POKROČILÍ (hráči)	HALA č. 2 ZAČÁTEČNÍCI (rodiče)
	9:00	všichni lektoři	Kondiční příprava, rozcvičení - praxe	Kondiční příprava, rozcvičení - praxe
	9:30	všichni lektoři	Rozpoznávání a odstraňování chyb	Rozpoznávání a odstraňování chyb
	11:00	všichni lektoři	Praxe-vedení tréninku	Praxe-vedení tréninku
	12:15		oběd	
	13:00	Kania, Lipavský	Zpětná vazba (test), TOMBOLA ve prospěch Baseball Czech	
14:00		UKONČENÍ RCC A ODJEZD ÚČASTNÍKŮ		