



ČSS, z.s. – Moravskoslezské krajské sdružení

V Ostravě 16.02.2024

ČSS, z.s. - Moravskoslezské krajské sdružení pořádá kurz KURZ TRENÉR SPORTOVNÍ STŘELBY TŘÍDY C

Termín konání: **16.03. ÷ 17.03.2024** - první část
06.04. ÷ 07.04.2024 - druhá část
Místo konání: Areál SOŠ dopravní a SOU, Ostrava – Vítkovice, ul. Moravská 2, 703 00 Ostrava 3
Kurzovné: **1 200,- Kč** kurzovné splatné při prezentaci + 1 fotografie na průkaz trenéra
Vedoucí kurzu: Jaromír Zetek, Tomeček Květoslav
Přihlášky zasílejte do 12.3. 2024 na e-mail: mkspreedseda@gmail.com nebo rscm.ostrava@volny.cz

Sobota 16.03.2024 a 06.04.2024

08:00 prezentace

08:30 zahájení

Informace o obecné anatomii, fyziologie sportovního výkonu, základy pedagogiky, základ kondiční přípravy ve sportovní střelbě, základní výcvik a trénování ve sportovní střelbě, základní výcvik a trénování ve sportovní střelbě – praxe, nácvik polohy, dýchání, orientace k terči.

Základní seznámení se sportovní střelbou, organizace, pravidla sportovní střelby, nauka a péče o zbraň, nauka a péče o zbraň – praxe, nácvik polohy, dýchání, orientace k terči, nácvik míření a spouštění puška, pistole, nácvik míření a spouštění puška, pistole – praxe, nácvik jednotlivých poloh v puškových disciplínách.

Neděle 17.03.2024 a 07.04.2024

08:00 prezentace

08:30 zahájení

Kondiční příprava – praxe, nácvik polohy vleže v puškových disciplínách, nácvik polohy vleže v puškových disciplínách – praxe, nácvik jednotlivých poloh v puškových disciplínách – praxe, nácvik klidové střelby v pistolových disciplínách, nácvik klidové střelby v pistolových disciplínách – praxe.

Nácvik střelby s časovým omezením v pistolových disciplínách na jeden terč.

Závěrečné zkoušky písemné a ústní 07.04.2024

*Pozn.: program je orientační, bude časově uzpůsoben dle lektorů
kurz je pořádán ve spolupráci se sportovně metodickou komisí*

ČSS, z.s. - Moravskoslezské krajské sdružení pořádá kurz
KURZ ROZHODČÍ SPORTOVNÍ STŘELBY TŘÍDY A, B, C

Termín konání: **16.03. ÷ 17.03.2024**
Místo konání: Areál SOŠ dopravní a SOU, Ostrava – Vítkovice, ul. Moravská 2, 703 00 Ostrava 3
Kurzovné: **900,- Kč** kurzovné splatné při prezentaci
Vedoucí kurzu: Jaromír Zetek, Tomeček Květoslav
Přihlášky zasílejte do 12.3. 2024 na e-mail: mskspredseda@gmail.com nebo rscm.ostrava@volny.cz

Sobota 16.03.2024

08:00 prezentace

08:30 zahájení

- Nauka o zbraních, balistika, péče o zbraně, střelivo
- Zásady sportovní střelby
- Základní pravidla - pistolové a puškové disciplíny
- Základní pravidla - pistolové a puškové disciplíny
- Všeobecná pravidla + národní pravidla sportovní střelby
- Finále - metodika hodnocení a střelba
- Diskuse k předneseným tématům všichni

Neděle 17.03.2024

07:30 prezentace

08:00 zahájení

- Základní pravidla pro puškové a pistolové disciplíny
- Terčová zařízení, hodnocení zásahů, přejímka zbraní a vybavení
- Střelnice pro sportovní střelbu - vybavení rozměry
- Olympijské disciplíny
- Diskuse k tématům
- Závěrečné testy a vyhodnocení

Pozn.: program je orientační, bude časově uzpůsoben dle lektorů

POTVRZUJI ZÁVAZNĚ ÚČAST NA KURZU:

Rozhodčí sportovní střelby ¹

ve dnech 16.÷03.2024

Trenér sportovní střelby ¹

ve dnech 16.÷03.2024
a 06.÷07.04.2024

Jméno a příjmení:

Číslo čl. průkazu ČSS:

Číslo klubu ČSS:

Požadavek kvalifikace rozhodčí: třída A ¹ třída B ¹ třída C ¹ rozhodčí

¹ *zatrhněte požadovanou volbu*

*pozn.: účastníci kurzu rozhodčích předloží výkaz činnosti rozhodčího!
z provozních důvodů areálu SŠTD dopravní jsou kurzy zkráceny na dvoudenní*

Podpis účastníka:

Přihlášku odešlete na e-mail : mskspredseda@gmail.com nebo rscm.ostrava@volny.cz



Jaromír Zetek

předseda ČSS, z.s. - Moravskoslezské krajské sdružení