

DRUHÝ ODBORNÝ SEMINÁŘ WBTF gymnastika

Datum:	4. března 2017
Čas:	10:00-18:00
Místo:	Praha (gymnastická hala TJ Sokol Vršovice)
Lektor:	Martina Illichová a Andrea Kheilová
Obsah:	základy gymnastiky, správná technika, prvky v WBTF
Vhodné pro:	vedoucí, trenéry a soutěžící
Cena:	800Kč/osoba

PROGRAM

- 9:30-10:00 akreditace, přivítání účastníků, představení
- 10:00-10:30 rozcvička
- 10:30-12:00 základy gymnastiky, metodologie
- 12:00-13:00 oběd
- 13:00-14:00 prvky používané v WBTF - skoky
- 14:00-15:00 prvky používané v WBTF - práce na zemi
- 15:00-16:00 prvky používané v WBTF - podmetenky
- 16:00-17:00 rozlišení správné techniky prvků
- 17:00-18:00 dotazy + předávání certifikátů za účast

