



# MORAVSKOSLEZSKÝ SVAZ STOLNÍHO TENISU

Vítkovická 3083/1, 702 00 Ostrava

[www.msst.cz](http://www.msst.cz)

---

## MSSST pořádá seminář a doškolení trenérů licence „C + D“

1. **Termín konání:** středa 08.05.2023 08:00 – 14:00 hod.
2. **Místo konání:** KD Děhylov, Výstavní 11
3. **Vedoucí semináře:** Petr Synek, tel: 607 775 221, e-mail: [petsyn@email.cz](mailto:petsyn@email.cz)
4. **Administrátor semináře:** Karel Synek
5. **Lektoři:**  
Petr Synek (licence B), Martin Bajger (licence B), Michal Henžel (licence C), Dominika Koblovská (licence C), Patricie Segetová (licence C), Karel Synek (licence C)
6. **Prezentace účastníků:** 7:30 – 8:00 hod.
7. **Zahájení:** 8:00 hod.

### Program:

#### ➤ Teoretická část:

8:00 - 9:30 – pravidla stolního tenisu, změny v pravidlech, soutěžní řád a příklady z praxe  
9:30 – 11:00 – osobnost trenéra, regulace psychiky  
11:00- 12:00 – taktika ve stolním tenise

#### ➤ Praktická část: 12:00 - 14.00

praktická nauka práce na zásobnících míčků, metodika jednotlivých úderů, nejčastější chyby v technice jednotlivých úderů a korekce těchto chyb, změny v technice úderů a postavení těla a nohou v návaznosti na nové trendy ve vývoji stolního tenisu, hra s materiálem – sendvič, tráva

### Všeobecné pokyny:

- **S sebou:** psací potřeby a poznámkový blok, sportovní oblečení a vybavení na stolní tenis
- **Přihlášky:** do 03.05.2024 přes registr ČAST
- **Poplatek za doškolení:** dle směrnice ČAST č.4/2023 bude vybírán v hotovosti na místě

Petr Synek v.r.

předseda TMK MSSST