



ČESKÁ  
TRENÉRSKÁ  
AKADEMIE

# MasterClass

## Strength & Conditioning v elitních evropských klubech

Poznatky ze stáže v hokejovém klubu HC Davos  
a basketbalovém klubu Olimpia Milán

### Termín:

26. března 2024, 10:00 – 13:00

### Místo:

Zasedací místnost za recepcí  
Lomnického 1705/5, Praha

### Lektor: Michal Kocián

- Vedoucí úseku silového a kondičního tréninku v CZ.BASKETBALL
- Kondiční trenér reprezentace mužů U18

### Obsah:

- Periodizace silové a kondiční přípravy mládežnických a seniorských družstev
- Hodnocení a testování hráčů
- Monitoring a management zatížení
- Spolupráce klub - škola/ mládež - senioři
- Individualizace tréninkové procesu
- Komunikace, kompetence a role v realizačním týmu a performance oddělení

**Cena:** 450 Kč

**Přihlášení:** Přes web [olympijskytytm.cz/treneri](http://olympijskytytm.cz/treneri) nebo klikněte na leták

**Kontakt:** Marek Chlumský, 724 881 729, e-mail: [chlumsky@olympic.cz](mailto:chlumsky@olympic.cz)