



MORAVSKOSLEZSKÝ GYMNASTICKÝ SVAZ ČGF
NÁM. SVATOPLUKA ČECHA 10, 702 00 OSTRAVA

IČO: 70958891, DIČ: CZ70958891, č.ú.: 1658494339/0800

tel.: 737 249 871

e-mail jana.vseteckova@post.cz

POZVÁNKA NA SEMINÁŘ TRENÉRŮ

akrobacie, hrazda, ženská bradla

Termín: 29. - 31. 8. 2025

Místo: Gymnastická tělocvična haly STaRS, Tyršova 275, 739 61 Třinec
<https://www.starstrinec.cz/>

TJ Sokol Moravská Ostrava 1, Čs. Legií 16, Ostrava 70200

Lektor: Luboš Matera

Anotace: Seminář je určen pro trenéry výkonnostní sportovní gymnastiky žen a mužů.

Seminář MUŽI Třinec je zaměřen:

- kůň na šíř - stříže, nácvik kol, kola na jednom madle, přechody
- kruhy - komíhání, výkruty, veletoče, závěry
- bradla - komíhání, obraty, Diamidov, toče, závěry

Seminář ŽENY Ostrava je zaměřen:

- přeskok - nácvik yurchenka, cukahary s obratem, skoky po přemetu
- bradla - veletoče s obraty, toče blízké žerdě s obraty, salta - jäger, gienger, tkachev, závěry
- akrobacie - korbety, dvojná salta, obraty, twisty

Trenéři si mohou vzít maximálně 2 gymnasty nebo gymnastky z jednoho oddílu.
Seminář bude probíhat formou tréninku a soustředění.

Program:	29. 8. 2025	15:00 - 18:00	- TJ TŽ Třinec - muži
	30. 8. 2025	09:00 - 12:00	- TJ TŽ Třinec - muži
	30. 8. 2025	14:00 - 17:00	- Sokol Moravská Ostrava 1 - Ženy
	31. 8. 2025	09:00 - 12:00	- Sokol Moravská Ostrava 1 - Ženy

Cena: 1 000,- Kč/ osoba / dospělá
250,- Kč/ osoba / dítě = závodník
Poplatek se bude vybírat na místě.

Náklady: Cestovné, stravné a ubytování si zajišťuje každý účastník sám na své náklady.

Ubytování: si zajišťuje každý účastník sám. Ubytování v tělocvičně není možné.



MORAVSKOSLEZSKÝ GYMNASTICKÝ SVAZ ČGF
NÁM. SVATOPLUKA ČECHA 10, 702 00 OSTRAVA

IČO: 70958891, DIČ: CZ70958891, č.ú.: 1658494339/0800

tel.: 737 249 871

e-mail jana.vseteckova@post.cz

Přihlášky muži: Přihlášky prostřednictvím [google formuláře](#) do **15. 8. 2025**

Přihláška ženy: Přihlášky prostřednictvím [google formuláře](#) do **15. 8. 2025**

Podmínky pro přihlášení: Trenéři minimálně 3. třídy gymnastických sportů ČGF.

Radomír Sliž

Monika Prutkayová

Jana Všečekková

Předseda TKM MSGS

Předseda TKŽ MSGS

Předsedkyně MSGS