



ČESKÁ GYMNASTICKÁ FEDERACE

Zátopkova 100/2, 160 17 Praha 6

IČ: 00540471, DIČ: CZ00540471, bankovní spojení: 1724809504/0600

tel: +420 242 429 260 e-mail: cgf@gymfed.cz web: www.gymfed.cz

Seminář pro reprezentační trenéry a trenéry STM – 1. termín

Disciplíny:

gymnastický aerobik, akrobatická gymnastika, parkour, sportovní gymnastika mužů, sportovní gymnastika žen, teamgym, skoky na trampolíně, všeobecná gymnastika

Datum: 15. 9. 2026

Místo konání: Brno

Adresa: Kounicova 686/22

Čas: 18:00–19:30

Forma účasti: prezenčně i online

Účast: povinná pro všechny reprezentační trenéry a trenéry STM

Registrace: do 31. 8. 2026 : <https://forms.gle/XBBj62q71aKVxt9dA>

Cítím se bezpečně?

O hranicích, komunikaci, konfliktech a vztazích v náročném prostředí vrcholového sportu

Vážení trenéři, vážené trenérky,

bezpečné sportovní prostředí je jedním ze základních předpokladů dlouhodobého rozvoje sportovců i kvalitní práce trenérů. Česká gymnastická federace proto v rámci rozvoje oblasti **Safeguarding** připravila povinný odborný seminář pro reprezentační trenéry a trenéry Sportovních středisek mládeže.

Cílem semináře není zaměřit se na mentální výkon sportovců, ale na každodenní situace, které jsou přirozenou součástí trenérské praxe – komunikaci, nastavování zdravých hranic, řešení konfliktů, budování vzájemné důvěry a vytváření prostředí, které chrání sportovce i samotné trenéry.

Současný sport klade stále větší důraz nejen na sportovní výsledky, ale také na bezpečné a respektující prostředí. Česká gymnastická federace chce být v této oblasti aktivní a nabídnout trenérům podporu i praktické nástroje pro situace, se kterými se mohou během své práce setkat.

Seminář povede **Mgr. Michal Šafář, Ph.D.**, sportovní psycholog a odborník na psychologii vrcholového sportu, bezpečné sportovní prostředí a podporu duševního zdraví sportovců.

Co Vám seminář přinese?

- praktické tipy pro nastavování zdravých hranic ve vztahu trenér–sportovec,
- efektivní komunikaci v náročných situacích,
- doporučení pro předcházení konfliktům a jejich řešení,
- podporu bezpečného a respektujícího sportovního prostředí,
- prostor pro sdílení zkušeností a otevřenou odbornou diskusi.



ČESKÁ GYMNASTICKÁ FEDERACE

Zátopkova 100/2, 160 17 Praha 6

IČ: 00540471, DIČ: CZ00540471, bankovní spojení: 1724809504/0600

tel: +420 242 429 260 e-mail: cgf@gymfed.cz web: www.gymfed.cz

Informace o semináři

Seminář bude probíhat současně **prezenčně i online**.

Trenéry z Brna a blízkého okolí prosíme o osobní účast. Setkání je koncipováno jako interaktivní a prezenční forma nabídne větší prostor pro společnou diskusi, modelové situace i sdílení zkušeností.

Online připojení je určeno především účastníkům z větší vzdálenosti.

Máte téma, které byste chtěli otevřít?

Součástí přípravy semináře je také možnost vyplnit **anonymní formulář**, prostřednictvím kterého můžete předem zaslat otázku, situaci nebo téma z vlastní trenérské praxe.

Vybrané podněty budou během semináře diskutovány zcela anonymně, bez možnosti identifikace autora. Díky tomu můžeme seminář co nejvíce přizpůsobit skutečným potřebám trenérů.

Anonymní formulář: <https://forms.gle/WxvT34v7Jd4MXoaf9>

O lektorovi

Mgr. Michal Šafář, Ph.D.

Mgr. Michal Šafář, Ph.D. působí na Fakultě tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci, kde vyučuje sportovní psychologii a mentální trénink. Ve své odborné praxi se dlouhodobě věnuje psychologické přípravě vrcholových sportovců, rozvoji mentálních dovedností, podpoře bezpečného sportovního prostředí a duševního zdraví sportovců.



Těšíme se na společné setkání.



Lucie Zubrová

Sportovní manažerka ČGF