

## ROZVRH - SPECIALIZACE

2014/2015 2. ročník		9:00 - 10:30		10:45 - 12:15		13:15 - 14:45		15:00 - 16:30		16:45 - 18:15					
		učebna	přednášející	učebna	přednášející	učebna	přednášející	učebna	přednášející	učebna	přednášející				
17.10.2014	pátek							U13	VV	Uvodní hodina + Příprava na praktické rozhodování na soutěžích	U13	VV	Uvodní hodina + Příprava na praktické rozhodování na soutěžích		
18.10.2014	sobota	U13	MK	POZOR, ZAČÁTEK AŽ V 10:15	Mentální příprava sportovce	U13	MK	Mentální příprava sportovce Trénink a přístupy dle typu osobnosti	U13	MK	Regenerace a předcházení zranění				
19.10.2014	neděle	U13	MP	Výživa V. - Adaptace svalů na silový trénink a výživa, stimulace syntézy svalových proteinů	U13	MP	Výživa V. - Suplementy u krátkodobých a intenzivních činností – kreatin, beta-alanin	U13	MP	Výživa V. - Nutrigenomika a evoluční koncept výživy člověka					
21.11.2014	pátek							U16	PJ	POZOR, vyuka od 17:30 do 20:30	U16	PJ	Zakázané látky ve sportu Zakázané látky ve sportu POZOR, vyuka od 17:30 do 20:30		
22.11.2014	sobota	PB02	KP	Zdravotní tělesná výchova + praktická cvičení	PB02	KP	Zdravotní tělesná výchova + praktická cvičení	PB02	KP	Zdravotní tělesná výchova + praktická cvičení					
23.11.2014	neděle	PB02	KP	Zdravotní tělesná výchova + praktická cvičení	PB02	KP	Zdravotní tělesná výchova + praktická cvičení	PB02	KP	Zdravotní tělesná výchova + praktická cvičení					
23.1.2015	pátek							U10	PS	Metodika závěrečné práce	U10	PS	Metodika závěrečné práce		
24.1.2015	sobota	U10	PS	Svalová symetrie	U10	PS	Svalová symetrie	U10	PS	Svalová symetrie					
25.1.2015	neděle	U10	JH	Zakázané látky ve sportu	U10	JH	Zakázané látky ve sportu								
27.3.2015	pátek							POZOR, vyuka v pátek od 16:15 do 19:15 ==>		PAL	KB	Kamila Bulířová (Palestra, Pilská 9, Praha 9) Zátěžová diagnostika (s sebou sport, oblečení)	PAL	KB	Kamila Bulířová (Palestra, Pilská 9, Praha 9) Zátěžová diagnostika (s sebou sport, oblečení)
28.3.2015	sobota	P8	SR	Stabilizační cvičení, automobilizační cvičení, regenerace úponu	P8	SR	Stabilizační cvičení, automobilizační cvičení, regenerace úponu	P8	SR	Stabilizační cvičení, automobilizační cvičení, regenerace úponu					
29.3.2015	neděle	P8	SR	Stabilizační cvičení, automobilizační cvičení, regenerace úponu	P8	SR	Stabilizační cvičení, automobilizační cvičení, regenerace úponu	P8	SR	Stabilizační cvičení, automobilizační cvičení, regenerace úponu					
24.4.2015	pátek							??			??				
25.4.2015	sobota	U11			U11			U11							
26.4.2015	neděle	U11			U11			U11							
29.5.2015	pátek							??			??				
30.5.2015	sobota	U11			U11			U11							
31.5.2015	neděle				U11	MJ	Závěrečný test + ukončení ročníku								



PS PhDr. Petr Štastný, PhD.	GP Ing. Gabriel Pál, PhD.
MJ Ing. Martin Jebas	KB Mgr. Kamila Bulířová
SR Mgr. Simona Roubcová	MP PhDr. Miroslav Petr, PhD.
PJ Mgr. Petr Jebas	JH MUDr. Jiří Hrabák
KP PaedDr. Květa Prajerová, CSc.	MK PhDr. Michal Klapač
JM MUDr. Jozef Martinča	JB Ing. Jiří Brejcha
JiH Jiří Hybner	

Běžné písmo      teorie  
 Kurzíva            praxe  
 Šedá barva        předběžně  
 Červené písmo    upozornění