

Snowboardový kurz

Pro získání licence „Instruktor základního snowboardingu“ v celkovém rozsahu 50 hodin

Místo: Boží dar, skiareál Novako a Klínovec

Datum a rozsah kurzu: 50 hodin (praxe a teorie)

Cena: 3500 Kč (pro zájemce, kteří by chtěli pracovat jako instruktoři v areálu NOVAKO
cena pouze 2500 Kč (po odpracování 100 výukových hodin)

Cena zahrnuje: Permici do areálu Novako, metodické vedení během kurzu, videorozbor, výukové materiály, přednášky, závěrečné přezkoušení, vydání licence

Cena nezahrnuje: Permici do dalších areálů, případné ubytování, stravování

Zkouškové požadavky: Základní smýkaný oblouk
Smýkaný oblouk s odlehčením vzhůru
Základní řezaný oblouk
Sesouvání svahem se střídavým zatěžováním dolních končetin (padající list)

Nutné vybavení:

Snowboardové prkno
Fotografie pasového formátu

Harmonogram kurzu

1. Den

9:00	Zahájení kurzu, stručné informace o průběhu a rozvržení kurzu
9:30 – 12:00	Výuka snowboardingu v areálu Novako
12:00 – 13:30	Pauza na oběd
13:30 – 16:00	Výuka snowboardingu areálu Novako
18:30 – 20:00	Přednáška – Historie a vznik snowboardingu, členění výcviku, teorie výcviku

2. Den

9:00 – 12:00	Výuka snowboardingu v areálu Novako
12:00 – 13:30	Pauza na oběd

- 13:30 – 16:00 Výuka snowboardingu v areálu Novako, rozdělení metodických výstupů
18:30 – 20:00 Přednáška – Technika mazání a broušení snowboardu, výstroj a výzbroj

3. Den

- 9:00 – 12:00 Výuka snowboardingu v areálu Novako /Klínovec
12:00 – 13:30 Pauza na oběd
13:30 – 16:00 Výuka snowboardingu v areálu Novako /Klínovec
18:30 – 20:00 Přednáška – Teorie výcviku, bezpečnost na horách, lavinová problematika, fyziologie

4. Den

- 9:00 – 12:00 Výuka snowboardingu v areálu Klínovec
12:00 – 13:30 Pauza na oběd
13:30 – 16:00 Výuka snowboardingu v areálu Klínovec
18:30 – 20:00 Přednáška – Videorozbor

5. Den

- 9:00 – 12:00 Výuka snowboardingu v areálu Klínovec, Metodické výstupy jednotlivců/dvojic na určené téma
12:00 – 13:30 Pauza na oběd
13:30 – 15:30 Plnění zkouškových požadavků v areálu Klínovec
16:00 – 17:00 Písemný test, uzavření kurzu, vydání licencí

