ČESKÝ SVAZ CYKLISTIKY / Federation Tcheque de Cyclisme
Nad Hliníkem 4, Praha 5, 15000, Česká republika
IČO: 49626281

Telefon: +420 257 214 613
Mobil: +420 724 247 702
e-mail: info@ceskysvazcyklistiky.cz
ID datové schránky: hdj5ugx

ceskysvazcyklistiky.cz czechcyclingfederation czechcycling

Dobrý den,

rádi bychom Vás pozvali na odborný seminář Českého svazu cyklistiky zaměřený na moderní trendy v rozvoji rychlosti v cyklistice, který proběhne pod záštitou Fakulty sportovních studií Masarykovy univerzity (FSpS MUNI).

Seminář propojí aktuální poznatky z vědy s praxí a zaměří se na efektivní rozvoj rychlostních schopností v tréninku cyklistů. Budou představeny nejnovější evidence-based poznatky ze světového výzkumu a konkrétně ukázáno, jak tyto informace efektivně implementovat do každodenní tréninkové praxe.

Součástí programu bude práce se systémem 1080 Sprint, který neslouží pouze k asistovanému či odporovému sprintu, ale také jako vysoce přesný diagnostický nástroj pro hodnocení silových a rychlostních parametrů výkonu. Dále bude představen specifický izometrický trénink a jeho využití v rozvoji akcelerace a maximální rychlosti.

Účastníci získají:

- přehled současných trendů v rychlostní přípravě podložených vědeckými daty,
- praktické ukázky diagnostiky pomocí 1080,
- konkrétní postupy implementace izometrického tréninku,
- prostor pro odbornou diskusi a sdílení zkušeností.

Přednášející: Mgr. Zdeněk Morávek, trenér cyklistiky ASC Dukla (ASO Dukla Brno), garant cyklistické specializace obor trenérství FSPS MUNI

Termín: pátek 20. 11. 2026

Místo konání: velodrom ČSC, Nad Hliníkem 1186/4, Praha 5 - Motol

Parkování: pouze omezená kapacita v areálu ČSC, doporučujeme využít MHD – tramvajová zastávka Poštovka

Čas: 10:00 - 13:00

Cena: zdarma, pro zájemce bez trenérské třídy poplatek 300,-

Kapacita: 50 osob

Přihlásit se můžete do 17. 11. 2026 na e-mailové adrese chalupny@ceskysvazcyklistiky.cz

Generální partner ČSC
Exkluzivní partner ČSC
Institucionální partner ČSC
Partner ČSC