

[HTML verze Metodických listů](#)



METODICKÉ LISTY ČSOS

5/2019

Vítejte u měsíčníku Českého svazu orientačních sportů, který by měl přinést trenérům a organizátorům OB – aktivit metodickou podporu, informovat o novinkách a motivovat je k sdílení zkušeností, rad a tipů pro trénink.

Novinky

Stacionární tréninkové kempy (STK)

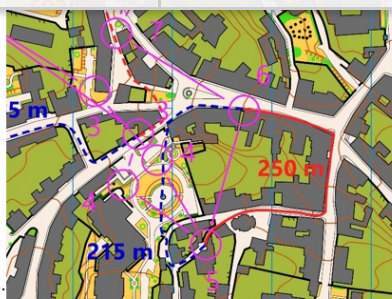
Do 31.5. můžete zasílat připomínky k navrhovanému formátu STK na e-mail koordinátora Jana Petržely (jpetrzela@seznam.cz). Více informací si můžete přečíst v článku STK – tréninkové kempy v atraktivních terénech [ZDE](#).

Zamluvte si přednášku reprezentanta na Vaše soustředění

Můžete pozvat některého z našich dospělých nebo juniorských reprezentantů pro zajímavou přednášku. Bližší informace a zamluvení Vašeho termínu prosím proveďte na e-mailu Jany Kubátové (jkubatova@orientacnisporty.cz).

Teorie

Po rozkliknutí obrázků níže se dostanete na připravené mapové úlohy pro trénink Vašich svěřenců.



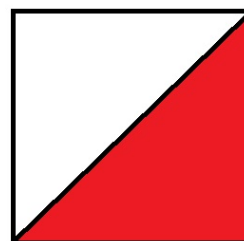
Jak na sprintové soustředění?



Vrstevnice



OB-Pexeso (L.Pavlíček KPY)



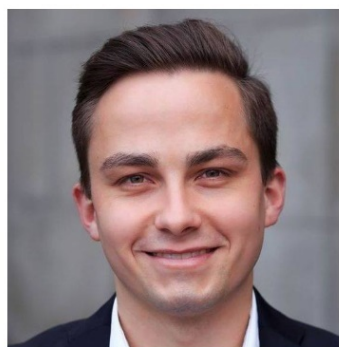
Aplikace SI-Droid Event (Manuál - L.Kettner)

Řešení úloh

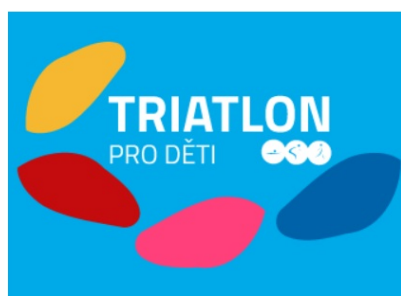
Řešení úlohy ML 5/2019- [Čtení vrstevnic](#)

Zajímavé odkazy

Kliknutím na obrázek se dostanete na příslušnou stránku.



Jan Exner: Doping do sportu nepatří



Příprava dětí v triatlonu (Lenka Kovářová)

Poděkování

Děkujeme za oddíl KPY – SOOB TJ Sokol Kralupy nad Vltavou jmenovitě Lubomíru Pavlíčkovi za možnost sdílet jejich OB Pexeso. Další příspěvky rádi uvítáme.



Copyright © 2019 Český svaz orientačních sportů, All rights reserved.

Kontaktujte nás:
metodika@orientacnisporty.cz

Chcete změnit nastavení příchozích e-mailů?
Můžete [aktualizovat vaše preference](#) nebo se [odhlásit z odebrání](#).

