

[HTML verze Metodických listů](#)



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

Novinky

Metodický seminář trenérů a rozhodčích

Metodický seminář trenérů a rozhodčích bude v letošním roce i kvůli zrušení O-Gala v trochu jiné podobě. Termín je 28. – 29. listopadu 2020 s tím, že se bude konat pouze pro trenéry. Sobota bude teoretická (měla by být k dispozici i online), neděle bude věnována praktické části. Více informací se průběžně bude objevovat na Metodickém portálu a v [ORISu](#).

Srovnávací testy mládeže

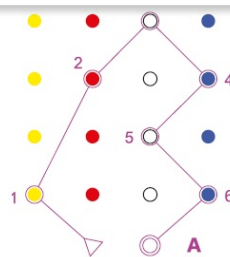
Srpnové části STM se zúčastnilo přes 200 závodníků a závodnic. Průběžné výsledky naleznete [zde](#). Zároveň je stále možnost přihlásit se na náhradní termín, který proběhne 4. 10. v Pardubicích.

Teorie

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



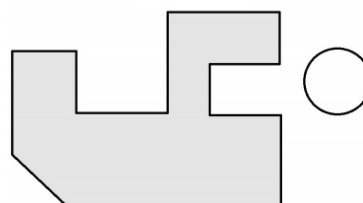
Netradiční pomůcka PET víčka



Superpíchač barevné tratě



Trail-O



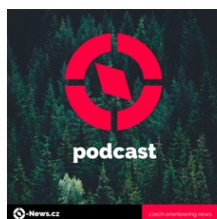
Živá GPS budova

Zajímavé odkazy

Kliknutím na obrázek se dostanete na příslušnou stránku.

O-News podcast – podcasty jsou v poslední době čím dál víc populární, a tak O-News.cz nezahálí a přišlo s prvním dílem, ve kterém se Jan Schulhof a Dan Wolf ohlédli za MČR ve sprintu a sprintových štafetách.

Tereza Novotná – Run like a girl – úspěšná orientační běžkyně a atletka ve svém článku popisuje, jak v situaci s Covid-19 vybalancovala pracovní život s tréninkem a stala se mistryní ČR v běhu na 3000 m překážek.



O-News.cz Podcast



Tereza Novotná Run like a girl

Rádi uvítáme materiály a postřehy a zkušenosti od trenérů na e-mailu metodika@orientacnisporty.cz.



Copyright © 2020 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](#).

