



## ВВОДНЫЙ КУРС В СИСТЕМУ ПОДГОТОВКИ ТРЕНЕРОВ

### ПРОГРАММА

ДЕНЬ 1:	МЕСТО:	РАСПИСАНИЕ
10.00-10.30	<b>Класс</b>	Регистрация участников
10.30-10.40		Вступительная часть
10.40-12.00		<b>ЗНАКОМСТВО С ПРОФЕССИЕЙ ТРЕНЕРА</b>
		Определение качеств хорошего тренера
		<b>Coffee break</b> Определение личных качеств
		Принцип "IDEA"
12.00-13.00		Теория: МАНЕЖНАЯ ЕЗДА
		Аллюры, Базовая посадка, Средства управления
13.00-14.00		<b>Обед</b>
14.00	<b>Манеж</b>	ПРАКТИКА
14.00-15.00		Базовая посадка, Средства управления
		Расслабление: Вперед – вниз
		Проверка баланса: Отдача повода
15.00-15.45		Аллюры, Переходы
15.45-16.00		<b>Coffee break</b>
16.00-16.45		Постановление, Боковые сгибания, Вольты
16.45-17.30		Поворот наперед, Уступка шенкелю
17.30-18.00	<b>Класс</b>	Подведение итогов дня

<b>ДЕНЬ 2:</b>	<b>МЕСТО:</b>	<b>РАСПИСАНИЕ</b>
10.00-10.30	<b>Класс</b>	Составление план тренировки
10.30-11.45		Теория: КОНКУР
11.45-12.00		<b>Coffee break</b>
12.00	<b>Манеж</b>	ПРАКТИКА
12.00-13.00		Прыжковая посадка, 5 фаз прыжка, Кавалетти
13.00-14.00		<b>Обед</b>
14.00-15.30	<b>Манеж</b>	Гимнастический ряд
15.30-15.45		<b>Coffee break</b>
15.45-16.15	<b>Класс</b>	Вопросы и ответы
16.15-17.00		Подведение итогов Вручение Сертификатов