



## Seminár trénerov Grassroots C, UEFA C, UEFA B licencie

**01.06.2026 – RIMAVSKÁ SOBOTA**

Organizátor:	<b>TMK SsFZ, TMK ObFZ Rimavská Sobota a MŠK Rimavská Sobota so súhlasom TÚ SFZ – vzdelávanie trénerov</b>
Termín:	<b>01.06.2026 – pondelok</b>
Začiatok seminára:	<b>15:00 hod.</b>
Miesto:	<b>Štadión MŠK Rimavská Sobota – kolkáreň, Cukrovarská 57/12 (vchod cez park) + ihrisko MŠK</b>
Pre trénerov:	<b>Grassroots C, UEFA C, UEFA B</b>
Rozsah seminára:	<b>5 hodín</b>
Potvrdenie:	<b>účasť sa eviduje v ISSF – Konto trénera</b>
Účastnícky poplatok:	<b>20.- Eur účastnícky poplatok je potrebné uhradiť pred seminárom na:</b>
	<b>IBAN: SK970900000000050192944</b>
	<b>VS: 700</b>
	<b>pozn.: Priezvisko a Meno</b>
Spôsob prihlasovania:	<b>do 28.05.2026 – link na prihlásenie: <a href="https://forms.gle/anqT6vtHDvHk8HoE8">https://forms.gle/anqT6vtHDvHk8HoE8</a></b>
Poznámka:	<b>obmedzený počet miest pre 50 ľudí</b>
Kontaktná osoba:	<b>Peter ŠTEFAŇÁK, tel. 0902 937 058</b>

### PROGRAM SEMINÁRA

14:30 – 15:00	Úvodná prezencia účastníkov
15:00 – 15:10	Otvorenie seminára Peter ŠTEFAŇÁK (lektor vzdelávania trénerov SFZ, UEFA PRO licencia)
15:10 – 16:30	<b>Systematický rozvoj silových schopností naprieč vekovými kategóriami – teória</b> Roman KUZEMKA (tréner fitness detí a mládeže, MFK Vranov, UEFA B licencie)
16:45 – 17:30	<b>Silový program – príklady TMC v praxi - prax na ihrisku</b> Roman KUZEMKA (tréner fitness detí a mládeže, MFK Vranov, UEFA B licencie)
17:45 – 18:30	<b>Cesta hráča z Grassroots futbalu do mládežníckej reprezentácie – teória</b> Jozef DANKO (MŠK Rimavská Sobota U15, UEFA A licencia)
18:45 – 19:30	<b>Rondá z pohľadu defenzívy – teória + video</b> Peter ŠTEFAŇÁK (lektor vzdelávania trénerov SFZ, UEFA PRO licencia)
19:30	Ukončenie seminára, prezencia účastníkov