



# POLSKI ZWIĄZEK MUAYTHAI POLISH MUAYTHAI FEDERATION



member of:

International Federation of Muaythai Amateur (IFMA) – member of SPORTACCORD  
European Muaythai Federation (EMF)



SPORTACCORD  
INTERNATIONAL SPORTS FEDERATIONS  
UNITE & SUPPORT

WORLD  
ANTI-DOPING  
AGENCY



EUROPEAN ACTION ON DRUGS

---

## KURS INSTRUKTORA SPORTU MUAYTHAI 2019 Harmonogram Kursu

### Termin:

11-17 marca 2019

Ośrodek Sportowo-Wypoczynkowo-Szkoleniowy

MARATON

36-042 Lubenia 618  
k/Rzeszowa  
woj. Podkarpackie

**11 marca 2019** – przyjazd i zakwaterowanie w Ośrodku Maraton do godziny 12:00

13:00 – wspólny obiad

13:30 – zebranie organizacyjne (przedstawienie kadry trenerskiej, instruktorskiej oraz omówienie planu kursu)

15:00 – pierwsze zajęcia kursu instruktora

W każdy dzień do **15 marca włącznie** zajęcia będą odbywać się wg programu (zostanie przekazany na miejscu). Uczestnicy będą dzieleni na grupy teoretyczne oraz praktyczne.

---

Adres korespondencyjny: 31-007 Kraków, ul. Wiślna 10  
30-119 Kraków, al. Marszałka Ferdinanda Focha 40

[www.pzmuaythai.pl](http://www.pzmuaythai.pl)

TEL. +48 606 119 150, email: [biuro@muaythai.pl](mailto:biuro@muaythai.pl),

KRS 0000409817

NIP 9562299368 REGON 341239062

**16 marca 2019** – egzaminy (praktyczny/teoretyczny) – 200 zł koszt egzaminu i legitymacji płatny na miejscu w 1 dniu kursu.

Pierwszy egzamin teoretyczny (do południa) – zarys historii i tradycji muaythai, metodyki treningowej itd.

Drugi egzamin praktyczny (po południu) – egzamin z prowadzenia zajęć w ramach grupy (nauka wybranej techniki muaythai w grupie oraz demonstracja pełnej wersji Wai Khru).

**17 marca 2019** – do godziny 12:00 wręczenie dyplomów dla uczestników. Legitymacje dla wszystkich osób, które zdadzą testy pozytywnie będą rozsyłane pocztą na wskazane we wniosku adresy.

Po 12:00 zakończenie kursu i wykwaterowanie.