



# **Polskie Stowarzyszenie Cheerleaders** **Zarząd Główny**

Biuro PSCh: ul. Dalanowska 48/15 , 03-566 Warszawa  
Filia: ul. Bp. Jaworskiego 16/16 25-430 Kielce fax. (41) 331 25 48

PKO BP 21 1440 1299 0000 0000 0234 1662

**Polskie Stowarzyszenie Cheerleaders serdecznie zaprasza na**  
**SZKOLENIE DLA TRENERÓW PSCh –**

**POLISH LEVEL 2 DANCE**

**09-10.02.2019r. Łochów**

Trener chcąc uczestniczyć w szkoleniu musi spełniać poniższe warunki:

- jest czynnym członkiem Polskiego Stowarzyszenia Cheerleaders (opłacona składka roczna),
- ukończył kurs Polish Level 1,
- aktywnie uczestniczy w szkoleniu oraz wykaże się niezbędną wiedzą podczas rozmowy egzaminacyjnej.

**Termin : 09 – 10.02.2019 r.**

**Miejsce : Zespół Szkół Licealnych i Technicznych w Łochowie,  
ul. Wyspiańskiego 1**

**Koszt szkolenia: 360 zł /bez noclegów i wyżywienia/**

**440 zł /1 nocleg w szkole, 1 śniadanie, 2 obiady/**

Wpłaty należy dokonywać na konto :

**Polskie Stowarzyszenie Cheerleaders**

**PKO BP : 21 1440 1299 0000 0000 0234 1662**

**z dopiskiem „imię i nazwisko, PL2 - DANCE ”**

**Termin zgłoszeń do 01.02.2019r.**



Nie istnieje możliwość wpłat gotówkowych. W przypadku rezygnacji ze szkolenia po dokonaniu rezerwacji miejsc organizator zastrzega sobie prawo do zatrzymania 30% kwoty.

Skan wypełnionego i podpisanego zgłoszenia wraz z potwierdzeniem dokonanej opłaty należy przesłać do koordynatora szkolenia p. Anny Polatowskiej-Zegar

na adres : [a.polatowska-zegar@psch.pl](mailto:a.polatowska-zegar@psch.pl)

UWAGA! Kurs odbędzie się po zebraniu odpowiedniej ilości chętnych : PL 2 – 20 osób

**SZKOLENIE PL 2 DOSTĘPNE JEST**

**TYLKO DLA OSÓB POSIADAJĄCYCH UKOŃCZONY KURS PL1 ORAZ ZRZESZONYCH W  
POLSKIM STOWARZYSZENIU CHEERLEADERS**

Zajęcia poprowadzą:

HELI KASKELA

- Trener od 25 lat zespołów krajowych i międzynarodowych /cheer i cheer dance/
- razem z własnym zespołem zdobyła kilka krajowych, europejskich i światowych medali /najwyższe to 3 x złoty medal na ME z zespołem cheer dance oraz srebrny medal na MŚ z zespołem cheer all girl/
- od 20 lat jest sędzią (ICU level 4 w cheer i cheer dance)
- jest autorem materiałów na kursy trenerskie w FCF
- od 10 lat prowadzi seminaria trenerskie dla Finnish Cheerleading Federations Coaches Clinics
- od 10 lat nadzoruje/trenuje National Junior Cheerdance Team na ICU Worlds 2019



EMMI PÄLVILÄ

- Tancerka zajmująca się od 8 lat cheerdance oraz hip hopem. W młodości zajmowała się również dywizją cheer.
- obecnie członkini National Dance Team reprezentującego Finlandię na ICU Worlds 2019 (to jej 2gi rok w drużynie krajowej)
- Jest asystentem trenera dla National Junior Cheerdance Team na ICU Worlds 2019
- ma na koncie wiele medalowych miejsc na zawodach krajowych jako tancerka.

## Ramowy plan szkolenia

### Sobota 09.02.2019

10.00-10.15	Rozpoczęcie zajęć i przedstawienie prowadzących
10.15-11.15	TEORIA: Podstawy taneczne (postawa tancerza, ustawienia stóp, rozgrzewka i rozciągnięcie)
11.15-12.15	TEORIA: Pom Motions
12.15-13.30	Przerwa
13.30-14.30	PRAKTYKA: pomysły na rozgrzewki, ćwiczenia na Pom Motions
14.45-15.45	TEORIA: Cheer Jumps
15.45-16.45	TEORIA: Piruety
16.45-17.00	Przerwa
17.00-18.00	PRAKTYKA: Piruety & Cheer Jumps
18:00-19:00	PRAKTYKA: Krótka choreografia

### Niedziela 10.02.2019

09.00-09.15	Rozpoczęcie zajęć
09.15-10.15	TEORIA: High Kicks
10.15-11.30	TEORIA: Skoki taneczne, partnerowania i podnoszenia
11.30-12.45	Przerwa
12.45-14.45	PRAKTYKA: Kicki, Skoki taneczne, partnerowania i podnoszenia
15:00-16.00	TEORIA: Jak zbudować innowacyjną choreografię zgodną z kartą sędziowską?
16.00-17.00	TEORIA: Znajdowanie mocnych i słabych stron w technice swojego zespołu i jak nad tym pracować przy budowie choreografii? Video analiza.



## KARTA ZGŁOSZENIA

Polish Level 2 DANCE

09-10.02.2019 Łochów

Imię i nazwisko: .....

Adres e-mail: .....

Telefon: .....

Dane do rachunku: .....

.....

**Potwierdzam, że jestem członkiem PSCh i opłaciłem/am składkę członkowską na 2019 rok.**

Podpis: .....

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych dla potrzeb marketingowych PSCh (zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych)).

Podpis: .....

Zgodnie z art. 81 ustawy z dnia 4 lutego 1994r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. 2006 nr 90 poz. 631) wyrażam zgodę na rozpowszechnianie wizerunku zawodnika/działacza PSCh poprzez zamieszczenie go w gazetkach, folderach, tablicach informacyjnych, biuletynach, prezentacjach multimedialnych oraz na stronie internetowej, facebooku, instagramie i innych mediach w celach promocyjnych i szkoleniowych PSCh.

Podpis: .....

Zgodnie z art. 13 ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016r. (Dz. Urz. UE L 119 z 04.05.2016) informujemy, iż:

1. administratorem Pani/Pana danych osobowych jest:

POLSKIE STOWARZYSZENIE CHEERLEADERS

ul. Dałanowska 48/15

01-566 Warszawa

2. kontakt z Inspektorem Ochrony Danych - [j.mazur@psch.pl](mailto:j.mazur@psch.pl)
3. dane osobowe przetwarzane są na podstawie zgody osoby, której dane dotyczą w celu i w zakresie związanym z działalnością statutową PSCh
4. Pana/Pani dane osobowe przechowywane będą przez okres niezbędny do realizacji wskazanych w pkt.3 celów, a po tym czasie przez okres oraz w zakresie wymaganym przez przepisy prawa lub do odwołania zgody
5. Pana/Pani dane osobowe nie będą podlegać zautomatyzowanemu podejmowaniu decyzji lub profilowaniu



6. posiada Pani/Pan prawo do żądania od administratora dostępu do danych osobowych, prawo do ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania, prawo do cofnięcia zgody oraz prawo do przenoszenia danych
7. ma Pani/Pan prawo do wniesienia skargi do organu nadzorczego Urzędu Ochrony Danych Osobowych
8. podanie danych osobowych jest dobrowolne, jednakże nie podanie danych może skutkować niemożliwością uczestnictwa w działaniach statutowych PSCh