

Směrnice ČSST č 3/2026

Kvalifikační řád a strategie vzdělávání trenérů Českého svazu silového trojboje

nahrazuje Směrnici ČSST č. 1-2019 a Směrnici ČSST č. 1-2020

Článek 1

Základní ustanovení

Kvalifikační řád a strategie vzdělávání trenérů upravuje systém vzdělávání trenérů silového trojboje v rámci Českého svazu silového trojboje, z.s. (dále jen „ČSST“), podmínky získávání a prodlužování trenérských kvalifikačních tříd, způsob zařazování trenérů do trenérských stupňů a zásady dalšího odborného rozvoje trenérů působících v oddílech, státní reprezentaci a sportovních centrech mládeže.

Cílem systému je zabezpečit kvalifikované vedení členů ČSST, podporovat dlouhodobý sportovní rozvoj závodníků, zvyšovat odbornou úroveň trenérů, přispívat ke zvyšování výkonnosti sportovců a současně klást důraz na bezpečnost, prevenci zranění, etické chování trenéra, antidopingová pravidla a ochranu sportovců.

ČSST pro své účely rozděluje trenéry podle kvalifikačních tříd (III. třída, II. třída, mezinárodní kvalifikace) a dále podle trenérských stupňů (C, B, A). Kvalifikační třída a trenérský stupeň jsou dvě samostatné kategorie. Kvalifikační třída vyjadřuje dosažené vzdělání; trenérský stupeň zohledňuje vedle kvalifikace také odbornou praxi, dlouhodobý vývoj trenéra a sportovní úroveň jeho svěřenců.

Tato směrnice je součástí systému vnitřních předpisů ČSST a navazuje zejména na Organizační strukturu ČSST, Koncepti systémového vzdělávání ČSST, pravidla pro státní reprezentaci, strategický materiál pro oblast talentované mládeže, Soutěžní řád ČSST, Pravidla silového trojboje IPF a další související předpisy ČSST.

V oblasti akreditovaného vzdělávání trenérů II. třídy se tato směrnice vykládá a používá v souladu s platnou akreditací MŠMT a se smlouvou o spolupráci mezi Vyšší odbornou školou ČUS, s.r.o. a ČSST. Pokud by se některé ustanovení této směrnice dostalo do rozporu se závaznými podmínkami platné akreditace, použijí se pro akreditovaný vzdělávací program přednostně podmínky akreditace.

Článek 2 Vymezené pojmy a zkratky

Pojem / zkratka	Význam
ČSST	Český svaz silového trojboje, z.s.
VV ČSST	Výkonný výbor Českého svazu silového trojboje, z.s.
SK	Sportovní komise
KR	Komise rozhodčích a vzdělávání
KRM	Reprezentační komise a Komise mládeže
DK	Disciplinární komise
KM	Komise medializace
IPF	International Powerlifting Federation
EPF	European Powerlifting Federation
MŠMT	Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
VOŠ ČUS	Vyšší odborná škola ČUS, s.r.o.
SCM	Sportovní centrum mládeže
Oddíl	sdružený subjekt ČSST (oddíl, klub nebo jiná právnická osoba sdružená v ČSST)
Kvalifikační třída	stupeň trenérského vzdělání získaný absolvováním příslušného vzdělávacího programu
Trenérský stupeň	interní hodnoticí stupeň ČSST (C, B, A), který zohledňuje kvalifikaci, trenérskou praxi a dosažené výsledky

Článek 3 Orgány ČSST a rozdělení odpovědnosti

Výkonný výbor ČSST

- vyčleňuje finanční prostředky určené na trenérské vzdělávání, odměňování státních trenérů a trenérů SCM a další související činnost;
- schvaluje tuto směrnici, její změny, kvalifikační řády, strategické materiály a další vnitřní předpisy související s trenérským systémem;
- schvaluje koncepci systémového vzdělávání a kontroluje plnění povinných školení jednotlivými odbornými komisemi;
- schvaluje účast trenérů na mezinárodních kurzech IPF nebo EPF a může stanovit počet podporovaných účastníků;
- schvaluje nebo bere na vědomí roční vyhodnocení trenérské činnosti, činnosti státních trenérů a trenérů SCM;
- rozhoduje o výjimkách, přechodných otázkách a sporných případech, které nejsou touto směrnicí výslovně svěřeny jiné odborné komisi.

Komise rozhodčích a vzdělávání (KR)

- je odborným garantem národního vzdělávání trenérů III. a II. třídy;
- zajišťuje organizační a administrativní přípravu kurzů trenérů III. třídy a speciální části akreditovaného programu trenéra II. třídy;
- navrhuje pracovní tým, lektory a zkušební komise pro trenérské kurzy v rozsahu své působnosti;
- vydává interní licence a trenérské průkazy ČSST v případech stanovených touto směrnicí a vede jejich evidenci;
- uděluje a eviduje trenérské stupně C, B a A;
- zajišťuje školení trenérů v oblasti Pravidel silového trojboje IPF a průběžně zajišťuje metodické podklady k jejich výkladu;
- spolupracuje s VOŠ ČUS při realizaci akreditovaného rekvalifikačního programu trenéra II. třídy a plní povinnosti ČSST vyplývající ze smlouvy o spolupráci;
- spolupracuje s KRM, SK a DK na propojení trenérského vzdělávání s reprezentační praxí, Soutěžním řádem ČSST a antidopingovou problematikou.

Reprezentační komise a Komise mládeže (KRM)

- odpovídá za systém vzdělávání reprezentačních trenérů kategorií open, masters a mládeže a trenérů SCM;
- koordinuje praktické vzdělávání vedoucích výprav, trenérů a asistentů na mezinárodních soutěžích;
- navrhuje kandidáty pro mezinárodní trenérské vzdělávání a předkládá je VV ČSST;
- v návaznosti na reprezentační směrnice a strategický materiál pro oblast talentované mládeže stanovuje nebo navrhuje personální obsazení reprezentačních trenérských týmů a trenérů SCM;
- předává KR podklady potřebné pro evidenci trenérské praxe, trenérských stupňů a dalšího vzdělávání.

Sportovní komise (SK)

- SK je v rámci trenérského vzdělávání garantem výkladu Soutěžního řádu ČSST a jeho praktického použití. Zajišťuje zejména školení „Soutěžní řád“ a „Soutěžní řád v praxi“ a spolupracuje s KR při výuce trenérů III. a II. třídy.

Disciplinární komise (DK)

- DK je odborným garantem vzdělávání v oblasti antidopingových pravidel. Podílí se na školeních trenérů III. a II. třídy a na průběžném vzdělávání trenérů oddílů, reprezentace a SCM.

Komise medializace (KM)

- KM zajišťuje vzdělávání pracovníků v oblasti médií, informačních technologií, online výsledkových servisů a vysílání soutěží. V trenérském systému může poskytovat metodickou součinnost zejména v oblasti komunikace reprezentace a prezentace ČSST; není však garantem trenérských kvalifikačních tříd.

Článek 4

Kvalifikační třídy trenérů

Trenérské kvalifikační třídy jsou v systému ČSST rozděleny do tří úrovní. Dvě úrovně jsou národní a jedna je mezinárodní. Získání kvalifikační třídy samo o sobě nezakládá nárok na jmenování státním trenérem, trenérem SCM nebo na udělení trenérského stupně A, B či C, pokud nejsou splněny další podmínky této směrnice.

Trenérské kvalifikační třídy se dělí:

- Trenér silového trojboje III. třídy
- Trenér silového trojboje II. třídy
- Trenér silového trojboje mezinárodní třídy

4.1 Trenér silového trojboje III. třídy

Obecné ustanovení

Trenér silového trojboje III. třídy je vnitřní kvalifikací ČSST a základní národní trenérskou kvalifikací v systému ČSST. Cílem kurzu je vytvořit jednotný odborný základ pro trenéry působící v oddílech a připravit absolventy na další vzdělávání, zejména na akreditovaný kurz trenéra II. třídy.

Kvalifikaci III. třídy uděluje ČSST prostřednictvím KR po absolvování celého kurzu a úspěšném složení závěrečné zkoušky.

Vyhlášení a organizační zabezpečení kurzu

Kurz se vyhlašuje prostřednictvím oficiálních informačních kanálů ČSST zpravidla nejméně 60 dnů před jeho zahájením. Vyhlášení obsahuje zejména termín, místo, časový rozsah, cenu, způsob přihlášení, lhůtu pro přihlášení, lektorské zabezpečení a organizační pokyny.

Organizační a odborné zabezpečení kurzu řídí KR. Lektory mohou být členové ČSST s odpovídající trenérskou nebo rozhodcovskou kvalifikací a dlouhodobou odbornou praxí nebo externí specialisté pověřeni KR či VV ČSST. ČSST zajistí vhodné podmínky pro teoretickou i praktickou výuku.

Přihláška a vstupní podmínky

Přihláška se podává způsobem stanoveným ve vyhlášení kurzu. Lhůta pro podání přihlášky je zpravidla nejpozději 21 dnů před zahájením kurzu, nestanoví-li vyhlášení z organizačních důvodů jinak.

Kvalifikaci trenéra silového trojboje III. třídy může získat uchazeč, který splní následující podmínky:

- dosáhl věku nejméně 18 let;
- je členem ČSST;
- obdrží doporučení mateřského oddílu.

Absolvování vysokoškolského nebo jiného odborného studia v oblasti tělesné výchovy a sportu neopravňuje automaticky k udělení trenérské kvalifikace ČSST. Cizí státní příslušník může být do kurzu přijat po splnění věcných podmínek kurzu a po schválení KR.

Cena a úhrada kurzu

Cenu kurzu stanoví VV ČSST nebo KR na základě pověření VV ČSST a zveřejní ji současně s vyhlášením kurzu. Úhrada školného ve stanovené lhůtě je podmínkou účasti na kurzu. Výše poplatku může zohledňovat náklady na prostory, lektory, studijní materiály, administraci a závěrečnou zkoušku.

Rozsah a obsah kurzu

Kurz probíhá formou třídního semináře v celkovém rozsahu 30 hodin. Výuka je rozdělena na teoretickou část v rozsahu 20 hodin a praktickou část v rozsahu 10 hodin.

Teoretická část zahrnuje zejména:

- historii a systém silového trojboje;
- Pravidla silového trojboje IPF;
- Soutěžní řád ČSST a základní administrativu trenéra při soutěži;
- antidopingová pravidla;
- základy sportovní výživy a suplementace;
- zásady bezpečnosti, prevence zranění a základní trenérské odpovědnosti;
- základy techniky dřepu, benčpresu a mrtvého tahu;
- základy plánování a vedení tréninkového procesu.

Praktická část je zaměřena zejména na nácvik techniky jednotlivých disciplín silového trojboje, rozpoznání základních technických chyb, práci trenéra při vedení tréninku a používání podpůrného vybavení v rozsahu odpovídajícím úrovni III. třídy.

Závěrečná zkouška

Závěrečná zkouška je tvořena písemným testem o 40 otázkách. Třicet pět otázek je koncipováno formou výběru správné odpovědi a pět otázek vyžaduje vlastní písemnou odpověď. Test obsahuje zejména otázky z pravidel silového trojboje, Soutěžního řádu ČSST, antidopingových pravidel, základů sportovní výživy a techniky jednotlivých disciplín.

Pro úspěšné absolvování je nutné dosáhnout nejméně 90 % úspěšnosti, tedy správně zodpovědět nejméně 36 ze 40 otázek. Opravným termínem a jeho organizací se zabývá KR; případný opravný termín se uskuteční v termínu stanoveném KR.

Udělení kvalifikace a oprávnění

Úspěšný absolvent získá certifikát „Trenér silového trojboje III. třídy“, trenérský průkaz ČSST a přístup k metodickým materiálům ČSST. Kvalifikace III. třídy opravňuje trenéra zejména k vedení tréninkového procesu v oddílech ČSST, výběru a přípravě talentovaných sportovců, aktivní účasti na školeních a seminářích ČSST a k odborné spolupráci při rozvoji metodiky silového trojboje.

Zařazení do realizačního týmu státní reprezentace nebo SCM se řídí samostatnými podmínkami této směrnice a dalších vnitřních předpisů ČSST.

Platnost a prodloužení

Platnost interní trenérské licence III. třídy je tři roky. Licence se prodlužuje vždy o další tři roky při splnění následujících podmínek:

- účast na doškolení trenérů nebo jiném povinném školení určeném ČSST;
- aktivní trenérská činnost doložená oddílem sdruženým v ČSST;
- uhrazení poplatku za prodloužení licence ve výši 500 Kč, nestanoví-li VV ČSST jinak.

Pokud ČSST v období rozhodném pro prodloužení licence neumožní požadované doškolení absolvovat, prodlužuje se platnost licence do nejbližšího vypsání termínu, nejdéle o jeden rok.

4.2 Trenér silového trojboje II. třídy

Obecné ustanovení a akreditace

Trenér silového trojboje II. třídy představuje nejvyšší aktivně udělovanou národní trenérskou kvalifikaci ČSST. Je založen na absolvování akreditovaného programu „Trenér/trenérka silového trojboje“ realizovaného VOŠ ČUS ve spolupráci s ČSST.

Aktuální akreditace byla udělena rozhodnutím MŠMT č. j. MŠMT-26164/2025-3. Akreditovaný program má celkový rozsah 150 hodin, z toho 105 hodin teoretické výuky a 45 hodin praktické výuky. Teoretická výuka se skládá z 28 hodin prezenční výuky a 77 hodin distanční synchronní výuky.

Program je rozdělen na obecnou část v rozsahu 50 hodin a speciální část zaměřenou na silový trojboj v rozsahu 100 hodin. Obecnou část po organizační i obsahové stránce zajišťuje VOŠ ČUS. Speciální část zajišťuje ČSST prostřednictvím KR v souladu s platnou akreditací.

Spolupráce ČSST a VOŠ ČUS

VOŠ ČUS v souladu se smlouvou o spolupráci zajišťuje obecnou část vzdělávacího programu, evidenci a archivaci dokumentace po dobu platnosti akreditace a vydání osvědčení o rekvalifikaci úspěšným absolventům. ČSST stanovuje a potvrzuje svazové vstupní předpoklady, zajišťuje speciální část programu a předává VOŠ ČUS potvrzení o vykonání závěrečné zkoušky ze speciální části v rozsahu požadovaném akreditací.

Pokud se obecné části účastní nejméně 15 osob za ČSST, může ČSST podle smlouvy požádat VOŠ ČUS o samostatný termín. Při nižším počtu účastníků mohou být uchazeči zařazeni do otevřeného termínu VOŠ ČUS nebo může být samostatný termín sjednán za podmínek dohodnutých mezi VOŠ ČUS a ČSST.

Vyhlášení kurzu a přihláška

Kurz trenéra II. třídy se zveřejňuje prostřednictvím oficiálních informačních kanálů ČSST s dostatečným předstihem, zpravidla nejméně 60 dnů před zahájením první části kurzu. Vyhlášení obsahuje termíny obecné a speciální části, způsob přihlášení, cenu jednotlivých částí, kontaktní údaje, požadavky na dokumenty a způsob ověření vstupních předpokladů.

Přihláška se podává způsobem stanoveným ve vyhlášení, zpravidla nejpozději 30 dnů před zahájením kurzu. Uchazeč je povinen včas doložit všechny podklady požadované akreditací a ČSST.

Vstupní předpoklady

Do akreditovaného programu může být přijat uchazeč, který splní podmínky stanovené aktuální akreditací MŠMT:

- věk nejméně 20 let;
- ukončené střední vzdělání;
- absolvování trenérského kurzu „Trenér silového trojboje III. třídy“;
- lékařské potvrzení podle vyhlášky Ministerstva zdravotnictví ČR č. 391/2013 Sb., § 7.

Pro vydání interního trenérského průkazu II. třídy ČSST je dále vyžadováno členství v ČSST, nestanoví-li VV ČSST v konkrétním odůvodněném případě jinak.

Absolvování jiné vysoké školy, pedagogické školy, FTVS nebo jiného trenérského vzdělání samo o sobě nenahrazuje podmínky akreditovaného programu. Uznání předchozího vzdělání, úleva z části programu nebo náhrada obecné části je možná pouze tehdy, pokud je takový postup v souladu s platnou akreditací a odsouhlasí jej VOŠ ČUS. ČSST nemůže jednostranně prominout část akreditovaného programu v rozporu s podmínkami akreditace.

Forma výuky a organizační pravidla

Forma vzdělávání je kombinovaná. Obecná část probíhá převážně distanční synchronní formou s prezenční praktickou částí první pomoci. Teoretická část specializace probíhá kombinací distanční synchronní a prezenční výuky, praktická výuka specializace je prezenční.

Distanční synchronní výuka probíhá prostřednictvím online spojení s lektorem v reálném čase, s možností komunikace, dotazů a diskuse. Podle podmínek akreditace může být distanční synchronní výuka zaznamenávána pro účely kontroly; záznam není studijním materiálem. Praktická výuka probíhá ve specializovaném sportovním zařízení pod dohledem odborných lektorů a je vedena v třídní knize.

Teoretická vyučovací hodina trvá 45 minut. Praktická vyučovací hodina trvá 60 minut. Distanční výuka nepřesáhne osm vyučovacích hodin za den. U prezenční praktické výuky jsou po 60 minutách výuky zařazovány přestávky v rozsahu odpovídajícím akreditaci; souhrnný rozsah praktické výuky nepřekročí deset hodin za den.

Učební plán - obecná část

Tematický celek	Teorie	Praxe	Celkem	Forma
Poučení o bezpečnosti a ochraně zdraví při výuce (BOZP)	1	0	1	distanční synchronní

Tematický celek	Teorie	Praxe	Celkem	Forma
Anatomie a diagnostika hybného systému	10	0	10	distanční synchronní
Fyziologie člověka a tělesných cvičení	8	0	8	distanční synchronní
Výživa	5	0	5	distanční synchronní
První pomoc	2	2	4	distanční synchronní / prezenční
Pedagogika	5	0	5	distanční synchronní
Psychologie	5	0	5	distanční synchronní
Teorie a didaktika sportovního tréninku	6	0	6	distanční synchronní
Hygienické zásady	1	0	1	distanční synchronní
Dopingová problematika	2	0	2	distanční synchronní
Právo a sport	3	0	3	distanční synchronní
Celkem	48	2	50	

Učební plán - speciální část

Tematický celek	Teorie	Praxe	Celkem	Forma
Poučení o bezpečnosti a ochraně zdraví při práci - specializace	1	0	1	distanční synchronní
Historie silového trojboje	3	0	3	distanční synchronní
Pravidla, Soutěžní řád	5	0	5	distanční synchronní
Disciplíny v silovém trojboji	5	0	5	distanční synchronní
Psychologická příprava, coaching	3	3	6	prezenční

Tematický celek	Teorie	Praxe	Celkem	Forma
Silový trénink	5	0	5	distanční synchronní
Tréninková období silového tréninku	10	0	10	distanční synchronní
Skladba tréninkové jednotky	5	5	10	prezenční
Regenerace, úrazová prevence, výživa	0	5	5	prezenční
Praxe - vedení tréninku	5	5	10	prezenční
Praxe - použití podpůrného vybavení v silovém trojboji	0	10	10	prezenční
Praxe - nácvik techniky disciplín	10	10	20	prezenční
Praxe - Prehab/Rehab	5	5	10	prezenční
Celkem	57	43	100	

Obsah speciální části

Speciální část rozvíjí odborné znalosti a praktické dovednosti trenéra v návaznosti na schválenou učební osnovu. Zahrnuje zejména:

- historii silového trojboje ve světě a v České republice a základní administrativu při závodech;
- základní rozdělení soutěžních kategorií, Soutěžní řád ČSST, platné směrnice a Pravidla silového trojboje IPF;
- dřep, benčpres a mrtvý tah, trenérský kodex, povinnosti trenéra a vybavení liftera při tréninku a soutěži;
- mentální trénink, komunikaci v týmu, typologii závodníků, coaching při soutěži, psychologickou přípravu a řešení neúspěchu a motivace;
- cíle a principy silového tréninku, proměnné, metody a prostředky silového tréninku, klasifikaci cviků, regulační metody a základní modely periodizace;
- soutěžní a mimosoutěžní období, makrocycklus, mezocycklus, mikrocycklus a stavbu tréninkové jednotky;
- regeneraci, aktivní odpočinek, bezpečné snižování tělesné hmotnosti před soutěží, výživu a prevenci úrazů;
- praktické vedení tréninku začátečníků, dorostenců, juniorů, kategorie open, masters a výkonnostních sportovců reprezentace;
- použití schváleného podpůrného vybavení, včetně nácviku dresů a bandáží;
- praktický nácvik techniky všech tří soutěžních disciplín;

- prehab/rehab, diagnostiku chyb, rozcvičení a aktivaci, korekci chyb, nápravná cvičení a práci se středem těla.

Docházka a závěrečná zkouška

Minimální účast na kurzu činí 80 %. Do časové dotace vzdělávacího programu se nezapočítává čas určený pro závěrečné písemné testy a zkoušky.

Závěrečná zkouška probíhá prezenčně a podle aktuální akreditace se skládá z následujících částí:

- obecná část - písemný test s časovým limitem 60 minut, 50 uzavřených otázek a maximálním počtem 50 bodů; hodnocení 35-50 bodů = prospěl/a, 0-34 bodů = neprospěl/a;
- speciální část - písemný test s časovým limitem 60 minut a 25 uzavřenými otázkami se specializací na silový trojboj;
- praktická zkouška s časovým limitem 10 minut;
- ústní zkouška na vylosované téma v návaznosti na praktickou část.

Pro celkové hodnocení závěrečné zkoušky podle aktuální akreditace tvoří úspěšně splněný test z obecné části 34 %, úspěšně splněný test ze speciální části 33 % a úspěšně provedená praktická zkouška ze speciální části 33 %. Konkrétní průběh, hodnocení a složení zkušební komise se řídí platnou akreditací a organizačními pokyny VOŠ ČUS a ČSST.

Osvědčení, trenérský průkaz a oprávnění

Úspěšnému absolventovi celého akreditovaného programu vydává VOŠ ČUS „Osvědčení o rekvalifikaci“. ČSST na základě úspěšného absolvování a splnění svazových podmínek vydává interní trenérský průkaz II. třídy a provede zápis do evidence trenérů ČSST.

Držitel kvalifikace II. třídy je v rámci ČSST odborně způsobilý zejména k vedení tréninkového procesu v oddílech, k výběru a přípravě talentovaných sportovců, k práci s talentovanou mládeží, k lektorské a metodické činnosti a po splnění dalších podmínek také k působení v reprezentaci nebo SCM. Osvědčení o rekvalifikaci může být použito jako doklad odborné kvalifikace podle příslušných právních předpisů; posouzení podmínek pro podnikatelské oprávnění náleží příslušnému správnímu orgánu.

4.3 Trenér silového trojboje mezinárodní třídy

Obecné ustanovení

Mezinárodní trenérská kvalifikace je nadstavbovou kvalifikací udělovanou příslušnou mezinárodní sportovní federací. V systému ČSST je za základní mezinárodní kvalifikaci považována zejména IPF Coach License Level II. Kurz je určen především pro trenéry působící ve státní reprezentaci, v SCM nebo pro trenéry s předpokladem dlouhodobého působení na mezinárodní úrovni.

Podmínky a nominace

Kandidát na mezinárodní kurz musí splňovat podmínky stanovené příslušnou mezinárodní federací a dále požadavky ČSST. Zpravidla musí:

- být starší 20 let;
- mít ukončené střední vzdělání;

- být členem ČSST;
- být držitelem platné národní trenérské kvalifikace III. nebo II. třídy, pokud pravidla konkrétního kurzu nevyžadují vyšší podmínku;
- mít doporučení KRM, případně KR;
- být ke kurzu schválen VV ČSST.

Forma výuky, závěrečné zkoušky, jazyk kurzu, obsah certifikace a platnost mezinárodní licence se řídí aktuálními pravidly IPF nebo jiné příslušné mezinárodní federace. ČSST nemůže jednostranně měnit podmínky mezinárodní certifikace.

Držitel mezinárodní kvalifikace je evidován KR a KRM. Mezinárodní kvalifikace je významným předpokladem zejména pro činnost státních trenérů a trenérů SCM, avšak nenahrazuje ostatní požadavky na trenérský stupeň nebo jmenování do konkrétní funkce.

Článek 5

Trenérské stupně C, B a A

Trenérské stupně jsou interním hodnoticím systémem ČSST. Odrážejí nejen dosaženou trenérskou kvalifikaci, ale také odbornou praxi, dlouhodobý vývoj trenéra, jeho účast na soutěžích a výsledky svěřenců. Trenérské stupně uděluje, eviduje, prodlužuje a v odůvodněných případech odejímá KR.

5.1 Trenér silového trojboje stupně C

Trenérský stupeň C je základním trenérským stupněm ČSST. Jeho získání není podmíněno držením trenérské kvalifikační třídy, je však podmíněno členstvím v ČSST, interním proškolením určeným KR a prokázáním alespoň jedné z níže uvedených trenérských praxí:

- je vedoucím trenérem oddílu, který se zúčastnil alespoň tří mistrovství České republiky v silovém trojboji nebo benčpresu;
- je vedoucím trenérem oddílu, jehož svěřenec získal medaili alespoň na dvou mistrovstvích České republiky;
- je trenérem nebo asistentem trenéra na mezinárodní soutěži typu mistrovství světa, mistrovství Evropy nebo oficiální univerzitní soutěže a jeho činnost je doložitelná z oficiálního systému soutěže.

Splnění jednoho kritéria neznamena automatické udělení stupně C. KR posoudí skutečný rozsah trenérské praxe, odborný rozvoj a činnost kandidáta. Úspěšnému kandidátovi je udělen statut „Trenér silového trojboje stupně C“.

Stupeň C se uděluje na pět let. Po skončení platnosti KR vyhodnotí další trenérskou praxi a odborný vývoj a rozhodne o prodloužení, případně o neprodloužení stupně.

5.2 Trenér silového trojboje stupně B

Trenérský stupeň B je středním trenérským stupněm ČSST. Podmínkou jeho udělení je:

- držení nejméně platné kvalifikace trenéra silového trojboje III. třídy;
- účast v roli trenéra alespoň na dvou mistrovstvích České republiky v silovém trojboji nebo benčpresu.

Po doložení a ověření obou podmínek KR zařadí trenéra do stupně B. Úspěšnému kandidátovi je udělen statut „Trenér silového trojboje stupně B“. Stupeň B se uděluje na tři roky.

Při prodloužení stupně B KR ověřuje pokračující trenérskou praxi, odborný rozvoj a platnost příslušné kvalifikační třídy.

5.3 Trenér silového trojboje stupně A

Trenérský stupeň A je nejvyšším trenérským stupněm ČSST. Podmínkou jeho udělení je:

- držení kvalifikace trenéra silového trojboje II. třídy nebo mezinárodní trenérské kvalifikace;
- účast v roli trenéra alespoň na dvou mistrovstvích Evropy nebo mistrovstvích světa v silovém trojboji nebo benčpresu.

Po doložení a ověření obou podmínek KR zařadí trenéra do stupně A. Úspěšnému kandidátovi je udělen statut „Trenér silového trojboje stupně A“. Stupeň A se uděluje na pět let.

Při prodloužení stupně A KR ověřuje pokračující trenérskou praxi, odborný rozvoj, činnost na mezinárodní úrovni a platnost požadované kvalifikační třídy.

Společná ustanovení k trenérským stupňům

Trenér je povinen na vyžádání KR doložit skutečnosti rozhodné pro udělení nebo prodloužení trenérského stupně. Za trenérskou účast na soutěži se považuje prokazatelné působení v roli trenéra, kouče, asistenta trenéra nebo člena realizačního týmu, nikoliv pouze přítomnost na soutěži.

KR může před rozhodnutím o udělení nebo prodloužení stupně vyžádat stanovisko KRM, mateřského oddílu nebo jiného odborného orgánu ČSST. Trenérský stupeň může být odebrán při závažném nebo opakovaném porušování povinností trenéra, pravomocně uloženém disciplinárním opatření souvisejícím s trenérskou činností nebo při zániku podmínek, na nichž byl stupeň založen.

Článek 6

Státní trenéři kategorií open a masters

KRM každoročně stanovuje nebo navrhuje tým reprezentačních trenérů pro kategorie open a masters v souladu s reprezentačními předpisy a rozhodnutími VV ČSST. KRM sestavuje plán vzdělávání těchto trenérů, koordinuje jejich práci a podle potřeby přiděluje jednotlivé reprezentanty do péče konkrétním trenérům.

Státní trenér kategorie open nebo masters musí splňovat následující základní náležitosti:

- být zařazen do trenérského stupně A;
- být starší 23 let;
- mít prokazatelnou dlouhodobou trenérskou praxi;
- vychovat alespoň pět mistrů České republiky v kategorii open, nestanoví-li KRM a VV ČSST v odůvodněném případě jinak;
- dodržovat etické, antidopingové a bezpečnostní požadavky ČSST a pravidla ochrany sportovců.

Povinné průběžné vzdělávání státních trenérů open a masters

- účast na školení KR v oblasti Pravidel silového trojboje a na školení SK v oblasti Soutěžního řádu ČSST nejméně jednou ročně;
- účast na odborném semináři v oblasti diagnostiky pohybového aparátu, fyzioterapie, regenerace nebo prevence zranění nejméně jednou ročně;
- účast na semináři zaměřeném na programování tréninku, tréninkové metody nebo techniku soutěžních disciplín nejméně jednou ročně;
- účast na mezinárodní soutěži pořádané IPF nebo EPF alespoň jednou ročně, pokud to umožňuje reprezentační plán, a získávání praktických dovedností v oblasti coachingu, vedení výpravy a psychologie sportovního výkonu;
- účast na antidopingovém školení v rozsahu stanoveném DK a koncepcí systémového vzdělávání.

KRM může podle aktuálních potřeb reprezentace stanovit další povinné vzdělávací aktivity. O absolvovaných aktivitách vede evidenci a předává ji KR pro centrální evidenci trenérů.

Článek 7

Reprezentační trenéři mládeže a trenéři sportovních center mládeže

KRM každoročně stanovuje nebo navrhuje tým reprezentačních trenérů mládeže a koordinuje trenérský systém SCM. Trenéři SCM jsou součástí propojeného systému oddíl - SCM - státní reprezentace. Jejich činnost se vedle této směrnice řídí aktuálním strategickým materiálem ČSST pro oblast talentované mládeže.

Reprezentační trenér mládeže

Reprezentační trenér mládeže musí splňovat následující základní náležitosti:

- být zařazen do trenérského stupně A;
- být starší 23 let;
- mít prokazatelnou praxi s vedením dorostenců nebo juniorů;
- vychovat alespoň pět mistrů České republiky v kategorii mládeže, nestanoví-li KRM a VV ČSST v odůvodněném případě jinak.

Trenéři SCM

Vedoucí trenér SCM řídí pracovní tým SCM, koordinuje sportovní a finanční plán, soustředění, kontrolní srazy, evidenci výkonnosti a zpracování roční zprávy. Kvalifikačním požadavkem pro vedoucího trenéra SCM je trenérský stupeň A. Vedoucí trenér SCM musí být členem ČSST, být starší 23 let a splnit další požadavky stanovené aktuálním strategickým materiálem pro oblast talentované mládeže.

Zodpovědný trenér je osobním trenérem konkrétního sportovce SCM, odpovídá za jeho vývoj a výkonnostní růst, sestavuje plány a koordinuje práci dalších odborníků. Pro tuto funkci se vyžaduje nejméně trenérský stupeň B, pokud aktuální strategický materiál nestanoví přísnější požadavek.

Ostatní trenéři a specialisté plní úkoly podle zaměření pracovního týmu SCM. U trenérů se vyžaduje nejméně trenérský stupeň B; odborný specialista může působit i bez trenérského stupně, pokud je k činnosti odborně způsobilý a jeho zapojení schválí vedoucí trenér nebo KRM.

Povinné průběžné vzdělávání reprezentačních trenérů mládeže a trenérů SCM

- účast na školení KR v oblasti Pravidel silového trojboje a na školení SK v oblasti Soutěžního řádu ČSST nejméně jednou ročně;
- účast na odborném semináři v oblasti diagnostiky pohybového aparátu, fyzioterapie, regenerace nebo prevence zranění nejméně dvakrát ročně;
- účast na semináři zaměřeném na programování tréninku, tréninkové metody nebo techniku soutěžních disciplín nejméně dvakrát ročně;
- účast na mezinárodní soutěži pořádané IPF nebo EPF alespoň jednou ročně, pokud to umožňuje reprezentační plán;
- účast na antidopingovém vzdělávání a na školeních souvisejících s bezpečností a ochranou mladých sportovců podle aktuálních předpisů ČSST.

Článek 8

Systémové a průběžné vzdělávání trenérů

Trenérské vzdělávání není jednorázovým absolvováním kurzu. ČSST vytváří systém pravidelných povinných a nepovinných školení, který propojuje oddílové trenéry, rozhodčí, reprezentační trenéry, trenéry SCM a další odborné pracovníky.

V souladu s Koncepcí systémového vzdělávání ČSST se na vzdělávání trenérů podílejí jednotlivé komise zejména takto:

- SK - Soutěžní řád ČSST, jeho aktualizace a praktické použití v semináři „Soutěžní řád v praxi“;
- KR - Pravidla silového trojboje IPF, kurzy trenérů III. třídy a II. třídy, evidence kvalifikací a trenérských stupňů;
- KRM - mezinárodní trenérské vzdělávání, kurzy trenérů na mezinárodních soutěžích, vzdělávání reprezentačních trenérů open, masters a mládeže a trenérů SCM;
- DK - antidopingová pravidla a související povinnosti sportovců a doprovodného personálu;
- KM - podpůrná školení v oblasti médií, komunikace, IT a digitálního servisu tam, kde souvisejí s činnostmi realizačních týmů.

Povinná školení stanovená Koncepcí systémového vzdělávání se pořádají minimálně jednou ročně, nestanoví-li příslušný předpis vyšší četnost. Výjimku z povinného školení může povolit VV ČSST na základě odůvodněné žádosti nebo objektivní nemožnosti školení v daném období uspořádat.

KR a KRM mohou vytvářet metodické materiály, doporučené studijní podklady, seznamy odborné literatury a další vzdělávací obsah. Trenér je povinen sledovat změny pravidel, soutěžních předpisů, antidopingových pravidel a metodických pokynů vztahujících se k jeho činnosti.

Článek 9

Evidence trenérů, práva a povinnosti trenéra

Evidence trenérů

KR vede centrální evidenci trenérů ČSST. Evidence obsahuje zejména identifikační údaje trenéra, oddílovou příslušnost, kvalifikační třídu, trenérský stupeň, datum vydání a platnost interní licence nebo průkazu, informace o absolvovaných doškolovacích aktivitách a údaje potřebné pro posouzení trenérské praxe.

KRM předává KR informace o působení trenérů u reprezentace a SCM, o absolvování mezinárodních kurzů a o praktickém vzdělávání na mezinárodních soutěžích. Oddíly jsou povinny na vyžádání potvrdit trenérskou činnost svých členů, pokud je takové potvrzení podkladem pro prodloužení licence nebo udělení trenérského stupně.

Základní práva trenéra

- účastnit se vzdělávacích akcí ČSST za podmínek jejich vyhlášení;
- využívat metodické materiály a odborné informace poskytované ČSST;
- požádat KR o potvrzení evidované kvalifikace, trenérského stupně nebo platnosti interní licence;
- podat odůvodněnou žádost o individuální posouzení předchozího vzdělání, trenérské praxe nebo jiné skutečnosti, pokud to tato směrnice připouští;
- podat VV ČSST žádost o přezkoumání rozhodnutí KR nebo KRM, pokud se týká jeho kvalifikace nebo trenérského stupně.

Základní povinnosti trenéra

- jednat v souladu se stanovami, Soutěžním řádem, pravidly IPF, antidopingovými pravidly a dalšími vnitřními předpisy ČSST;
- dbát na zdraví, bezpečnost a důstojnost sportovců a respektovat pravidla ochrany osob a safeguardingu platná v ČSST;
- nepřekračovat rozsah své odborné způsobilosti a v případě potřeby spolupracovat s lékařem, fyzioterapeutem nebo jiným odborníkem;
- průběžně zvyšovat svou odbornou úroveň a účastnit se povinných doškolení;
- pravdivě dokládat trenérskou praxi a údaje rozhodné pro kvalifikační třídu, trenérský stupeň a prodloužení licence;
- bez zbytečného odkladu oznámit KR změny, které mají vliv na jeho evidenci nebo platnost interního trenérského průkazu.

Článek 10

Střednědobý výhled a strategické plánování

ČSST považuje dlouhodobé zvyšování počtu kvalifikovaných trenérů a zvyšování jejich odborné úrovně za jednu ze základních podmínek rozvoje silového trojboje. KR ve spolupráci s KRM sleduje vývoj trenérské základny a nejméně jednou ročně předkládá VV ČSST vyhodnocení a případné návrhy opatření.

Strategický bod 1 - růst základny trenérů stupně C

Cílem je zvyšovat počet trenérů zařazených do trenérského stupně C přibližně o 3-5 % ročně. Smyslem je rozšiřovat dostupnost základního trenérského vedení v oddílech a vytvářet dostatečnou základnu pro další kvalifikační růst.

Strategický bod 2 - pravidelné kurzy III. třídy

Kurz trenéra III. třídy má být pořádán alespoň jednou ročně, pokud tomu nebrání objektivní organizační, personální nebo finanční důvody. Strategickým cílem je meziročně zvyšovat počet trenérů s kvalifikací III. třídy přibližně o 5 % a tím posilovat odbornou úroveň trenérů připravujících sportovce na výkonnostní úrovni.

Strategický bod 3 - kvalifikované vedení každého oddílu

Dlouhodobým minimálním standardem je, aby každý oddíl ČSST disponoval alespoň jedním aktivním trenérem stupně A nebo B. Rozvojovým standardem je postupně vytvářet v oddílech širší trenérské týmy tak, aby bylo možné odborně zabezpečit kategorie open, mládež a masters a aby trenérský systém nebyl závislý na jediné osobě.

Strategický bod 4 - návaznost II. třídy a reprezentace

ČSST bude využívat novou akreditaci trenéra II. třídy jako hlavní národní vzdělávací stupeň pro trenéry směřující do reprezentačního systému, SCM a metodické práce. KR a KRM mají průběžně vytipovávat trenéry s předpoklady pro absolvování II. třídy a následně i mezinárodní kvalifikace.

Strategický bod 5 - odborná kontinuita a přenos know-how

ČSST bude podporovat zapojování zkušených trenérů, rozhodčích, fyzioterapeutů a dalších odborníků do kurzů, seminářů a metodické práce. Cílem je, aby znalosti získané na mezinárodních soutěžích a kurzech byly systematicky předávány trenérům v oddílech a nebyly vázány pouze na jednotlivce.

Článek 11

Závěrečná ustanovení

Dnem účinnosti této směrnice se ruší a nahrazuje Směrnice ČSST č. 1-2019 „Školení trenérů silového trojboje III. třídy“ a Směrnice ČSST č. 1-2020 „Získání licence Trenér silového trojboje II. třídy“.

K výkladu této směrnice je oprávněn Výkonný výbor ČSST. Odborné komise mohou vydávat metodické pokyny k jejímu provádění, nesmějí však měnit její obsah ani podmínky akreditovaného programu.

Tato směrnice byla schválena Výkonným výborem ČSST a nabývá účinnosti dne 22.7.2026

Ing. Jiří Prášek
Místopředseda ČSST