

Letní seminář Karate-do



15. I června I 2019

Josef Pěkníc 5. Dan a pozvání hosté

Dojo, Světlogorská 2771
Sídliště nad Lužnicí, Tábor 390 05

8.00 - 12.00 děti a mládež do 13 let

12.00 – 13.00 zkoušky 9. až 7.kyu

13.00 - 17.00 mládež od 14 let a dospělí

Podmínky zkoušek viz Dodatek ke zkouškám

Kyu a Dan - 2018 (dostupné na webu klubu).

Cena semináře: mládež do 14 let 350,- Kč
ostatní 450,- Kč

Karate - P - Klub

Tábor, Milevsko, Sedlčany

Josef Pěkníc

tel.: 777 566 440

peknic@karate-tabor.cz

www.karate-tabor.cz

[FB: Karate - P - Klub Shotokan Tábor](#)

Formy kumite:

Základní kumite
Jiyu Ippon kumite
Jiyu kumite

Geri-waza:

Mai-geri, Yoko-geri-kekomi,
Yoko-geri-keage,
Mawashi-geri, Ushiro-geri

Čchi Kung

Cvičení pro zdraví

„Opravdové karate je jako horká voda, která chladne, když ji stále neohříváš.“

Gichin Funakoshi

Simopt



Každý účastník semináře dostane nealko nápoj!
Káva a čaj!