



DYNAMICKÉ KARATE

výukový seminář



biomechanika technik, principy a metody rozvoje dynamiky v Karate- dó

Pořadatel: Shotokan Karate Klub Bechyně

Datum: 3. 10. 2015

Místo: 2. ZŠ Bechyně, ul. Libušina 164
(stará škola, nová hala!, GPS: 49°17'50" S, 14°28'17" V)

Instruktor: **Stanislav Bílý, 6.DAN**
Petr Cibulka, 5.DAN
Roman Kneifl, 4.DAN

Cena: 200,- Kč mládež do 15ti let
250,- Kč ostatní

Program:	3.10.2015	08:15 – 08:55	prezentace účastníků
		09:00 - 10:30	trénink 9.kyu - dan (Bílý)
		10:30 - 10:40	společné foto
		12:30 – 13:45	trénink 9.kyu - 6. kyu (Cibulka)
		13:45 – 15:00	trénink 5.kyu - dan (Bílý)
		15:00 - 16:30	trénink 9.kyu - 6.kyu (Kneifl)
		15:30 - 16:30	trénink 5.kyu - dan (Bílý)
		16:40 - 17:10	trénink JČSJKA reprezentace-kumite (Cibulka) trénink JČSJKA reprezentace-kata (Kneifl)
		18:00	společná večeře (Kameňák/ u Pichlů) Dle zájmu účastníků

Informace: Petr Cibulka,
tel. +420 725 849 520
e-mail: p.ciba@seznam.cz

1. **2. ZŠ Bechyně, ul. Libušina 164**
2. **Penzion Elektra** (www.penzionelektra.cz)
3. **Hotel Jupiter** (www.ubytovani-bechyne-jupiter.az-hotel.eu)
4. **Penzion u Pichlů** (www.penzionupichlu.cz)
5. **Hotel Panská** (www.hotel-bechyne.cz)
6. **Zámek Bechyně** (www.panstvi-bechyne.cz/zamek-cz)
7. **Tesco**
8. **restaurace Kameňák** (www.kamenak.cz)

