



Tradiční víkendový seminář

# „U GRILLU“

zahájení podzimní sezony Tsunami Karatedo



datum	<b>7. - 8. září 2019</b>	
pořadatel	<b>SKP České Budějovice Tsunami Karatedo</b>	
místo	tělocvična a areál <b>SKP České Budějovice</b> , Jiráskovo nábřeží 25,	
instruktoři	trenéři <b>Tsunami Karatedo</b> a <b>pozvaní hosté</b>	
program	<b>7. září</b>	<b>sobota</b>
	08.00 - 9.00	prezentace
	09.00 - 10.30	společný trénink karatedo - Antonín Zajíc
	11.00 - 12.00	trénink STV 9. - 7. kyu karatedo - Jaroslav Bílek
	12.00 - 13.00	trénink STV 6. - 4. kyu karatedo - Lukáš Lastowski
	13.00 - 14.00	trénink STV 3. kyu a DAN karatedo - Josef Pěkníc
	15.00 - 16.30	trénink dospělí karatedo - Jiří Fencel
	17.00	<b>grill párty, společná zábava</b>
	<b>8. září</b>	<b>neděle</b>
	09.00 - 13.00	použití vitálních bodů v praxi - Zdeněk Vidlák trénink je určen pouze dospělým cvičencům
startovné	<b>300,- Kč</b> <b>400,- Kč</b>	mládež do 15 let ostatní
ubytování	možno v Dojo zdarma ( vlastní karimatka a spacák )	
informace	SKP Tsunami - 606 118 562 - <a href="http://www.karate-tsunami.cz">www.karate-tsunami.cz</a>	
různé	seminář je určen všem zájemcům o bojová umění všech technických úrovní. Těšíme se na Vás, přijďte si s námi zacvičit.	

