

Karate dojo Čáslav

si Vás dovoluje pozvat na seminář
KARATE a TAICHI
který povede

Václav Liška
a instruktoři ČKBU

ČÁSLAV 5.- 6.dubna 2008

Tělocvična **GYMNÁZIA** - Masarykova ul. u hl.silnice Praha-Havl. Brod,
200m od nádraží ČD, vchod z parčíku v Mahenově ul.

Program: **karate** - technické studie základní techniky (kihon), základních sestav (kata) a aplikace (kumite), základní principy karate (ki, kime, hara, ai, in-yo atd.);
taichi - pro úplné začátečníky i pokročilé, včetně taichi-strečinku a dýchání, základní pohyby, cvičení ve dvojicích, úvod do sestav.

Sobota 5.4. 12:00 - 13:30 karate
16:00 - 17:00 taichi
17:05 - 18:30 karate
20:00 - posezení v restauraci

Neděle 6.4. 09:30 - 10:30 taichi
10:35 - 12:00 karate

Poplatek: 400,-Kč za osobu - celý seminář 300,-Kč jen karate
250,-Kč za osobu - pouze sobota 200,-Kč jen taichi
200,-Kč za osobu - pouze neděle

Ubytování: tělocvična 50 Kč/noc (ze so na ne) spacák a karimatku s sebou,
nebo individuálně - např. hotel Bílý kůň - tel. 327/312 868, 869

Info: RNDr.V.Gladkov- tel.776 203 749,

<http://kmp.wz.cz>