

World Karate Federation



SHO BU KAN CLUB



M.^o Beghetto, 170^o STAŻ Karate w Polsce

Po raz dziewiąty w Legnicy



Legnica 01 - 03.08.2008



Giuseppe Beghetto 8^o Dan, Jacek Rusek 5^o Dan, Zbigniew Wojtkowiak 6^o Dan



Dostępne materiały szkoleniowe i ceny:

- 112 stronicowa Broszura "Karate w szkole" w języku polskim - 80 zł; /25 €/
- Nowa Encyklopedia Karate Do -73 kata - Tom 1^o + CD 5 zastosowanych Heian + kasetę video z 58 kata w wyk. M.^o Beghetto Giuseppe - 120,00zł,
- Kata Bunkai Tom 1^o w języku polskim oraz w języku niemieckim po 30,00 €,
- CD - 25,00 € (5 HEIAN+TEKKY SHODAN + BASSAI DAI + KANKU DAI + JION + EMPI + HANGETSU);
- Punkty witalne, w języku niemieckim - 30,00 €;
- CD KATA - KUMITE M.^o BEGHETTO G. - 15,00 €;
- Kata Bunkai Tom 2^o, w języku niemieckim - 30,00€
- 3 x CD 25,00 € (BASSAI SHO + KANKU SHO + JITTE + SOCHIN +GANKAKU + CHINTE + JI'IN + MEIKYO + WANKAN + NIJUSHIHO + GOJUSHIHO SHO + GOJUSHIHO DAI+ UNSU)

Harmonogram treningów:

01.08.2008 - Piątek

14.00 – 14.50 Powitanie przez Prezydenta Miasta Legnica

Trening / kyu – Dan / z podziałem tematycznym:

17.30 – 18.30 Wszystkie grupy – praktyka kata / kyu - Dan / Wojtkowiak / Beghetto .

18.30 – 19.00 Nauka nowego kata - / kyu – Dan / Wojtkowiak / Beghetto

19.00 – 20.00 Beghetto. Zajęcia teore. – zmiany w programach egzaminacyjnych na kyu/ Dan

02.08.2008 - Sobota

10.00 - 11.00 Grupa / 12 – 15 lat/ Zb. Wojtkowiak 6^o Dan (Be ghetto)

– program dla dzieci: tor przeszkód - piłka(balonik) -kata

11.00 - 12.30 Beghetto, Wojtkowiak – kata w porozumieniu z ćwiczącymi i nowy system

treningowy kata pod zawody

12.30 - 13.30 Zajęcia teoretyczne – historia i struktura WKF

Przerwa obiadowa

16.00 - 17.00 Beghetto. Kumite sportowe. Metodyka nauczania . Predyspozycje zawodnika

17.00 - 17.45 12 - 15 lat Beghetto (Wojtkowiak) – Pr. dla dzieci: kumite i kata (exami i zawody)

17.45 - 19.00 Zrozumienie i praktyka bunkai - Beghetto, Wojtkowiak 6^o Dan

19.00 - 20.00 Przygotowanie do egzaminów kyu i Dan

20.00 - 21.00 Zajęcia teoretyczne – metodyka nauki Kata, Różnice w poziomie szkolenia.

03.08.2008 - Niedziela

09.00 –11.30 Egzaminy Dan i kyu. Komisja Egzaminacyjna - posiadacze najwyższych Dan.

Mężczyźni - 1^o 2^o 3^o 4^o 5^o 6^o . Kobiety - 1^o 2^o 3^o 4^o 5^o

11.30 12.30 G. Beghetto w Wojtkowiak - wspólny trening

1. Miejsce: Hala sportowa Zespołu Szkół Integracyjnych w Legnicy ul. Wierzyńskiego 1

2. Koszty zgrupowania: 70 zł

3. Koszty egzaminów:

DAN u Shihana 250 zł; Kyu - dzieci do 14 lat = 10 zł; 9 - 4 kyu = 30 zł; 3 - 1kyu = 40 zł;

4. Noclegi i wyżywienie we własnym zakresie

- QUBUS Hotel ul. Skarbowa tel. + 48 76 866 - 21 - 00
- TRAMP Hotel ul. Kominka tel. + 48 76 862 - 00 - 10
- NAROL Hotel ul. Gliwicka 1 tel. + 48 76 866 - 95 - 78
- VILLA Hotel ul. Br. Gładysza 12 tel. + 48 76 850 - 22 - 23
- Schronisko Młodzieżowe ul. Jordana tel. + 48 76 862 - 54 - 12
- MIEDZIANKA Hotel ul. Zólkiewskiego. tel. + 48 76 723 - 80 - 41
- KAMIENICZKA Hotel ul. Młynarska 15 tel. + 48 76 723 - 73 - 92
- BEL-POL Hotel ul. Gliwicka 6 tel. + 48 76 862 - 47 - 29

5. Osoby zdające egzamin zobowiązane są do posiadania:

- na stopnie kyu - ostatniego dyplomu lub wpis do BUDO - PASS z potwierdzeniem
- na stopnie Dan - kserokopii ostatniego dyplomu.

6. Organizator Stażu: Klub Karate Shotokan "TORA", 59-204 Legnica ul. Mickiewicza 21, tel. 076 722 13 57, kom.509 719 466

e-mail: toralegnica@onet.eu

www.toralegnica.eu