



SEMINÁŘ KARATE

SPECIÁLNÍ METODY NÁCVIKU KATA A KUMITE

Pražský svaz karate společně s Českou Asociací Budo Karate, pořádá **SEMINÁŘ KARATE – SPECIÁLNÍ METODY NÁCVIKU KATA A KUMITE**. Seminář je koncipován prioritně pro karateky, závodníky, rozhodčí, trenéry i pro ostatní zájemce.

Termín: sobotu **28. ledna 2012** - zahájení v **9:00 hodin**

Program: 9:00 – 11:30 hod. *nácvik a metody nácviku kihonu a kata pro pochopení karate Shotokan a optimální vývoj karateky pro soutěže i sebeobranu.*

12:00 – 15:00 hod. *nácvik a metody pro pochopení základních nutností pro soutěžní kumite a sebeobranu tj. technika + rychlost, dynamika a koncentrace.*

Místo konání: ZŠ Rakovského, Rakovského 3136, Praha 4 – Modřany. Vchod do tělocvičny přímo v zadní části školy z ulice Pejevové. Autobus [139](#), [150](#), [173](#), [205](#), [253](#), výstupní zastávka: Tylova čtvrť. ([mapa](#))

Lektor: **Karel Kesl 8.Dan**, garant stylu Shotokan pro ČSKe, předseda (TMK) PSKe a předseda Reprezentace ČABK

Cena: 250,- Kč za osobu

Účast na semináři prosím potvrďte nejpozději do **19. ledna 2012** na e-mail jukl.jan@seznam.cz (stačí počet, kolik osob se z Vašeho klubu zúčastní).

Těšíme se na Vaši účast



Karel Kesl 8.Dan
Předseda (TMK) PSKe a REP. ČABK

tel.: +420 777 940 769
email: sk-kesl-ryu@seznam.cz

Mediálním partnerem semináře je server [karate-info.cz](http://www.karate-info.cz)

Pražský svaz karate | <http://www.pske.cz>

Česká Asociace Budo Karate | <http://www.cabk.cz>