



KARATE Jindřichův Hradec OKINAWA GOJU RYU DOJO

沖縄剛柔流道場



POŘÁDÁ SEMINÁŘ

HOJO UNDO A KATA GOJU RYU

Kdy a kde:

v sobotu 17. 3. 2018,
městská sportovní hala
J. Hradec

Čas cvičení:

DĚTI 10–12 hodin
DOSPĚLÍ 10–15 hodin

PROGRAM:

- DĚTI** • dětská sebeobrana + kata Goju ryu
- DOSPĚLÍ** • Hojo Undo – tradiční posilovací a přípravné cvičení okinawského karate
 - Kata Goju ryu + Bunkai



Hlavní instruktor akce:
Jaroslav Valenta – 5 Dan

Informace: J. Valenta, mob. 724 350 113
e-mail: karatejhogrd@seznam.cz

www.okinawagojuryudojo.cz

Poplatky: děti do 15 let zdarma
ostatní 100 Kč