

Karel Kesl 7. Dan, Iva Keslová 5. Dan Jindřich Pilmann 3. Dan a Hanka Vašičková 2. Dan

pořádají pro všechny zájemce karate, bez omezení věku a technického stupně již 29 rok:

„LETNÍ CAMP KARATE SK KESL RYU I“

Camp je zaměřen jako vždy především na zvýšení tělesné kondice, výuku nových kata a procvičování soutěžních kata, cvičení rozvíjející motoriku, rychlost a vytrvalost, nácvik technik a kombinací kumite včetně taktiky a modelových utkání, teoretické informace v oblasti správné životosprávy včetně správného stravování, dějiny karate a pravidla sportovního karate WKF a WUKF. Součástí campu jsou různé hry a testy o ceny, soutěž kata i kumite pro vyšší a nižší STV: "O pohár soustředění" a zkoušky na vyšší technický stupeň. Význam soustředění je v systému třífázového tréninku, který zajistí individuální pokrok cvičence v dalším rozvoji proti ostatním, kteří jsou odkázáni pouze na dva tréninky týdně.

Který se koná: **3.7. - 17.7.2010**

Místo campu: Ubytování – Ozdravovna „Radostín“

Cena campu: 7.900,- Kč

Cena zahrnuje: doprava tam i zpět

Ubytování + 4x denně strava

Nájem haly v místě soustředění

Zdravotní péče a ostatní servis včetně trénování

Ceny na každodenní soutěže, soutěž kata a kumite: "O pohár soustředění"

Zaměření soustředění:

Výuka a opakování základních i mistrovských kata + bunkai dle požadavků mezinárodních organizací karate na styl Shotokan WKF a WUKF.

Ostatní bojová umění - Saisho Ki Do-MMA, kobudo-práce se zbraněmi, tai-chi apod.

Rozvíjení fyzické kondice, koordinaci, vytrvalosti, rychlosti a síly ve formě her a testů /cardio fighting/

Výuka kumite, ve smyslu reálného bojového umění, taktika apod.

Příprava začátečníků i pokročilých na zkoušky STV + zkoušky STV

Soutěže karate: "O pohár soustředění 2010" kata, kumite a Saisho Ki Do

Informace a testy z oblasti teorie karate, životosprávy a etikety

video rozborů kata a kumite

Při eventuelním zájmu je nezbytně nutné potvrdit předběžnou účast nejpozději do 30. 4. 2010!!!

Je reálná naděje, že později bude plná kapacita campu. Zálohu 3000,-Kč je třeba uhradit nejpozději do 30. 5. 2010, doplatek nejpozději **12. 6. 2010**, nejideálnější je uhradit camp najednou.

Účastníci campu se můžou nahlásit osobně, nebo na výše e-mailové adrese. Zálohu je možné zaplatit osobně na tréninku, složenkou, nebo převodem na účet SK: 62011389/0800 se jménem plátce!

na požádání vystavujeme fakturu pro zaměstnavatele.

SK KESL RYU SHOTOKAN Shihan Karel Kesl 7. Dan, 14300 Praha 412, Rodopská 3150, mob.: +420 777 940 769

E-mail: sk-kesl-ryu@seznam.cz, www.sk-kesl-ryu.cz

Těšíme se na vaši účast!

Za realizační tým Shihan Karel Kesl, vedoucí campu

GM. DANNY HAZAN

新極真會
教團ビデオ

空手道