



KARATEDO KLUB  
**TSUNAMI**  
P R A C H A T I C E

**POŘÁDÁ**

**28.- 31.10.2010**

**FIGHT CAMP – vícedenní tréninkový camp**  
**zaměřený na zápasové techniky**

ZŠ NÁRODNÍ 1018, PRACHATICE

**INSTRUKTOŘI**

**RICHARD RŮŽIČKA** 4.DAN JKA KARATE

**JIŘÍ POKORNÝ** 3.DAN JKA KARATE

**RUDOLF ŠIANSKÝ** 1.DAN Shotokan karate

**PROGRAM**

**čtvrtek 28.10.**

08.00-12.00 příjezd účastníků, prezentace  
13.00-15.00 společný trénink  
17.00-19,00 trénink – jiu jitsu, sebeobrana

**pátek 29.10**

09.00-11.00 společný trénink-kumite  
13.00-15.00 společný trénink  
17.00-19,00 trénink – streetfight

**sobota 30.10**

09.00-11.00 společný trénink-kumite  
13.00-15.00 společný trénink  
17.00-19.00 trénink – základy VTD

**Neděle 31.10**

11.00-13.00 společný trénink-kumite

**ÚČASTNICKÝ POPLATEK**

Účastníci do 15 let 450 Kč  
Účastníci nad 15 let 600 Kč

**UBYTOVÁNÍ**

Tělocvična ZŠ – poplatek 100 Kč na dobu konání semináře  
(vlastní karimatka a spacák, sprchy, WC v hale)

**INFO**

David Havlík, tel : (+420) 604 937 050

www.tsunami-pt.cz

