



# TIGER RELAX CLUB CHOMUTOV



Vás zve na

**národní seminář**

# ALLKAMPF - JITSU

## zkoušky technických stupňů

pod vedením trenérů

<b>Martin Matouš</b>	5. Dan Allkampf-Jitsu
<b>Pavel Hirsch</b>	4. Dan Allkampf-Jitsu
<b>Jan Rychnovský</b>	2. Dan Allkampf-Jitsu
<b>Pavel Mráz</b>	2. Dan Allkampf-Jitsu
<b>Blanka Vítovcová</b>	2. Dan Allkampf-Jitsu

## 19. června 2010, Chomutov

### Témata semináře:

Základní techniky AKJ a jejich aplikace, modelové situace sebeobrany, nácviky technik pro fighting, formy randori, techniky pro tameši vari, údery a kopy na lapy, využití akupresurních bodů v technikách.

### Časový program:

sobota 19. června

9.30 hod.	prezentace na 13. ZŠ, Březenecká ul.
10.00 - 12.00 hod.	trénink po skupinách – libovolný výběr tématu
13.00 - 15.00 hod.	trénink po skupinách – libovolný výběr tématu
16.00 - 18.00 hod.	trénink po skupinách – libovolný výběr tématu

neděle 20. června

9.00 hod. – 13.00 hod. zkoušky 9. - 1. kyu v dojo TRC na tatami

### Místo konání:

13. ZŠ, ulice Březenecká, Chomutov – seminář  
Tiger Relax Club, Pod břízami 5597, Chomutov – zkoušky v dojo na tatami

### Ubytování:

V dojo TRC ze soboty na neděli za úhradu 50,- Kč/noc.

**Všechny zveme na sobotní večerní gril párty v Tygrovi**  
**(přivezte si své produkty a ogrilujte na našem grilu)**

### Cena semináře:

300,- Kč pro členy AKJ ČR  
600,- Kč pro nečleny, neregistrované (s nezaplacenými příspěvky)

### Další případné informace:

Martin Matouš, mobil: 724 701 942  
E-mail: Martin.Matous@allkampf-jitsu.cz