



**ČESKÝ SVAZ ALLKAMPF-JITSU a
SPORTOVNÍ KLUB POLICIE
ČESKÉ BUDĚJOVICE**

Vás zve na
národní seminář

ALLKAMPF-JITSU

Datum konání: sobota 23. března 2019



Místo konání:

Areál Sportovního klubu policie, Jiráskovo nábřeží 25, České Budějovice, 370 04
GPS : 48°58'58.76"N, 14°27'51.417"E

Instruktoři:

Martin Matouš - 6. Dan

Pavel Hirsch - 5. Dan

Martin Hermann - 5. Dan

Petr Gabriel - 4. Dan

Jan Rychnovský - 4. Dan

Petr Červený - 3. Dan

Jan Michanek - 3. Dan

Zbyněk Vítovec - 2. Dan

Blanka Vítovcová - 2. Dan

Jaroslav Horský - 1. Dan

Časový harmonogram:

9:00 – 11:00 hod trénink pro děti do 13 let

10:00 – 12:00 hod trénink

12:00 – 13:00 hod přestávka

13:00 – 15:00 hod trénink

15:00 – 16:00 hod přestávka

16:00 – 18:00 hod trénink

Trénink bude zaměřen na princip kata, práce s těžištěm a praktická aplikace kata Bunkai.

Vyučovat se budou jednotlivé techniky systému AKJ v rámci přípravy na zkoušky STV, dále pak taktika a strategie sebeobrany.

Součástí semináře bude také závodní příprava na 23. MČR AKJ v Českých Budějovicích.

Cvičební skupiny budou rozděleny dle daných témat. Podrobný program tréninku obdržíte na místě.

Cena semináře:

600,- Kč (bez elektronické registrace 700 Kč),

Elektronická registrace na seminář je na stránkách www.allkampf-jitsu.cz

200,-Kč děti, které budou cvičit pouze první tréninkový blok
(registrace bude na místě)

Neděle 24. března 2019 Zkoušky na STV 9. - 1. KYU:

v 9.00 hod. ve velké tělocvičně SKP České Budějovice

Cena zkoušky STV:

9. - 7. Kyu 300,-Kč, 6. - 4.Kyu 350,-Kč, 3. - 2. Kyu 400,-Kč a 1.Kyu 450,-Kč

Těšíme se na společný trénink.

Informace:

Martin Matouš – telefon: 724 701 942, Martin Hermann - telefon: 606 390 997
prezidentmm@seznam.cz, martinhermann@seznam.cz