

# Training day kata

Kdy: **22.9.2018**

Kde: **Chodov** – Dojo Champions team z.s.  
( Husova 788, Chodov – 1.patro )

Cena: **100Kč** – (Cena obsahuje tréninkové jednotky, vedení tréninku medailisty z MS a ME. Kata Shotokan František Fara 4.Dan Shotokan-ryu)

Přihlášení: Předem u trenérů klubu

Povinná výbava: Kimono bílé barvy

Doporučená výbava: Pití

Info: **606131845**, nebo [miroslav.bogusky@caokk.cz](mailto:miroslav.bogusky@caokk.cz)

---

## Časový rozpis:

10:00-12:00

(Skupina nižší STV)

Kata Heian 1

Kata Heian 2

Kata Heian 3

13:00-15:00

(Skupina závodící vyšší STV)

Jion

Bassai dai

15:30-17:00

( Závodníci, trenéři, asistenti )

Kanku sho

Gangaku

Přijďte si zatreénovat pod vedením medailistů z Mistrovství světa, společně s reprezentanty ČR a medailisty z mistrovství světa a mistrovství Evropy.

( Pro účast na tréninku v jakékoliv tréninkové skupině není nutná znalost dané kata – rozhodující je chuť trénovat a učit se... )

