

Training day kumite – Chodov

Kdy: **Chodov** – 23.9.2018 od 9:30 hodin

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

Cena: **100Kč** – (Cena obsahuje 3 tréninkové jednotky, dohled nad trénujícími, profesionální coaching, vedení zápasu rozhodčími SKeKK, CAOKK)

Přihlášení: Předem u trenérů klubu

Povinná výbava: Chrániče rukou, chrániče chrupu

Doporučená výbava: Chrániče holení, nártů, suspensor, body protector, pití

Info: **606131845**, nebo miroslav.bogusky@caokk.cz

Časový rozpis:

10:00 – 11:00	Trénink č.: 1) Rozcvičení, skupinový trénink
11:00 – 12:00	Pauza na svačinu, oběd, občerstvení
12:00 – 13:00	Trénink č.: 2) Kumite IPPON – zápasy na jednu bodovanou akci
13:00 – 13:30	Vysvětlení taktiky, pravidla zápasu, rozdíly WKF vs. WUKF, SKDUN
13:30 – 15:00	Trénink č.: 3) Zápasy kumite sanbon na 1 minutu

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

