

DENNÍ ROZVRH HODIN

06:30 – BUDÍČEK

07:00 – NÁSTUP A ROZCVIČKA

08:00 – SNÍDANĚ

09:00 – 10:00 – DOJO 1, 2, 3 - ZÁKLADNÍ TECHNIKA SHOTOKAN (KUMITE)

ZÁKLADNÍ TECHNIKA GOJU-RYU

10:00 – 11:00 – DOJO 1, 2 - KATA SHOTOKAN, DOJO 3 KATA GOJU-RYU

11:00 – 12:00 – DOJO 1, 2, 3 - KUMITE

11:00 – 12:00 – VENKOVNÍ PROSTORY – KOBUDO

12:00 – OBĚD

12:00 – 14:00 – POLEDNÍ KLID

14:00 – 16:00 – TÁBOROVÁ HRA – PEVNOST BOYARD

16:00 – 17:00 – DOJO 1, 2 – ZÁKLADNÍ TECHNIKA A KATA GOJU-RYU

DOJO 3 – ZÁKLADNÍ TECHNIKA A KATA SHOTOKAN

16:00 – 17:00 – VENKOVNÍ PROSTORY (REPREZENTACE – FYZICKÁ PŘÍPRAVA)

17:00 – 18:00 – VENKOVNÍ PROSTORY – KOBUDO

17:00 – 18:00 – DOJO 1, 2, 3 – SPARING KUMITE DO 14 LET

18:00 – 19:00 – DOJO 1,2 – SPARING KUMITE OD 14 LET

20:00 – VEČEŘE

21:00 – 22:00 – TÁBOROVÁ HRA + DOPLŇKOVÝ PROGRAM

22:00 – VEČERKA DO 15 LET

ROZDĚLENÍ DOJO:

DOJO 1 a DOJO 2 – VENKOVNÍ DOJO POD STANEM

DOJO 3 – VNITŘNÍ DOJO V HLAVNÍ BUDOVĚ

VENKOVNÍ PROSTORY – TRAVNATÁ PLOCHA V AREÁLU