

PROGRAM

(GOJU-RYU + Shotokan)

STŘEDA 22. 8. 2018 – VŠECHNY SKUPINY

17:00 HODIN

NÁSTUP VŠECH ÚČASTNÍKŮ SOUSTŘEDĚNÍ PŘED HLAVNÍ BUDOVOU V KARATE-GI, ZAHÁJENÍ SOUSTŘEDĚNÍ A INFORMACE VEDENÍ CAO KK K SAMOTNÉMU SOUSTŘEDĚNÍ, TRÉNINKŮM, ROZDĚLENÍ DO SKUPIN DLE STYLU A ZAMĚŘENÍ, ROZDĚLENÍ DO ODDÍLŮ (viz táborová hra Pevnost Boyard) A STANOVENÍ DENNÍHO REŽIMU (viz DENNÍ ROZVRH HODIN)

17:00 SPOLEČNÝ ZAHAJOVACÍ TRÉNINK (Všechny skupiny)

18:00 – 19:00 TRÉNINK KATA GOJU RYU

18:00 – 19:00 TRÉNINK KUMITE ZÁVODNÍCI MALÍ (VOTRUBEC,NOSÁL)

19:00 – 20:00 TRÉNINK KUMITE REPREZENTACE (BOGUSKÝ,PEKUNIAK)

20:00 – VEČEŘE + SEZNÁMENÍ S PROGRAMEM NA DALŠÍ DEN

22:00 - VEČERKA

ČTVRTEK 23. 8. 2018 - SKUPINA GOJU-RYU

7:00 – RANNÍ VÝBĚH, STREČINK, ROZCVIČKA

8:00 - SNÍDANĚ

09:00 – 10:00 – ZÁKLADNÍ TECHNIKA GOJU-RYU

10:00 – 11:00 – **KATA GEKISAI DAI ICHI** – DOJO 3

11:00 – 12:00 – ZÁKLADNÍ TECHNIKA KOBUDO

12:00 - OBĚD

12:30 - 14:00 – POLEDNÍ KLID

14:00 – 16:00 – TÁBOROVÁ HRA

16:00 – 17:00 – OPAKOVÁNÍ ZÁKLADNÍ TECHNIKY – DOJO 1 A DOJO 2

- **KATA GEKISAI DAI ICHI** + BUNKAI DO 7 KYU – DOJO 1

- **KATA SEIPAI, KATA SHISOCHIN** OD 5 KYU – DOJO 2

17:00 – 18:00 – ZÁKLADNÍ TECHNIKA KOBUDO

19:00 – 20:00 – KUMITE SPARING

ČTVRTEK 23. 8. 2018 - SKUPINA Shotokan

7:00 – RANNÍ VÝBĚH, STREČINK, ROZCVIČKA

8:00 - SNÍDANĚ

09:00 – 10:00 – ZÁKLADNÍ TECHNIKA SHOTOKAN (FARA,NOSÁL,VOTRUBEC)

10:00 – 11:00 – **KATA NA SKUPINY** (FARA,NOSÁL,VOTRUBEC)

11:00 – 12:00 – KUMITE PRO SHOTOKAN+GOJU RYU

12:00 - OBĚD

12:30 - 14:00 – POLEDNÍ KLID

14:00 – 16:00 – TÁBOROVÁ HRA

16:00 – 17:00 – ATLETICKÁ PŘÍPRAVA

17:00 – 18:00 – KUMITE MLADŠÍ NÁCVIK (BOGUSKÝ,JÍLEK,SCHMID)

18:00 – 19:00 – KUMITE REPREZENTANTI (BOGUSKÝ,JÍLEK,SCHMID)

19:00 – 20:00 – KUMITE SPARING

PÁTEK 24. 8. 2018 - SKUPINA GOJU-RYU

- 09:00 – 10:00 – ZÁKLADNÍ TECHNIKA + SEZNAMENÍ SE S **KATA SANCHIN**
10:00 – 11:00 – **KATA GEKISAI DAI NI** – DOJO 3
11:00 – 12:00 – ZÁKLADNÍ TECHNIKA KOBUDO
12:00 – OBĚD
12:30 - 14:00 – POLEDNÍ KLID
14:00 – 16:00 – TÁBOROVÁ HRA
16:00 – 17:00 – OPAKOVÁNÍ ZÁKLADNÍ TECHNIKY – DOJO 1 A DOJO 2
– **KATA GEKISAI DAI INI** + BUNKAI DO 7 KYU – DOJO 1
– **KATA KURURUNFA A KATA SANSERU** OD 5 KYU – DOJO 2
17:00 – 18:00 – ZÁKLADNÍ TECHNIKA KOBUDO
19:00 – VEČEŘE
19:30 - GRILOVÁNÍ, VEČERNÍ PROGRAM U OHNĚ
22:00 - VEČERKA

PÁTEK 24. 8. 2018 - SKUPINA Shotokan

- 7:00 – RANNÍ VÝBĚH, STREČINK, ROZCVIČKA
8:00 - SNÍDANĚ
09:00 – 10:00 – ZÁKLADNÍ TECHNIKA SHOTOKAN (FARA,NOSÁL,VOTRUBEC)
10:00 – 11:00 – **KATA NA SKUPINY** (FARA,NOSÁL,VOTRUBEC)
11:00 – 12:00 – KUMITE PRO SHOTOKAN+GOJU RYU
12:00 – OBĚD
12:30 - 14:00 – POLEDNÍ KLID
14:00 – 16:00 – TÁBOROVÁ HRA
16:00 – 17:00 – ATLETICKÁ PŘÍPRAVA
17:00 – 18:00 – KUMITE MLADŠÍ NÁCVIK (PEKUNIAK,BUDAJOVÁ)
18:00 – 19:00 – KUMITE REPREZENTANTI (BOGUSKÝ,PEKUNIAK)
19:00 – VEČEŘE
19:30 - GRILOVÁNÍ, VEČERNÍ PROGRAM U OHNĚ
22:00 - VEČERKA

SOBOTA 25. 8. 2018 - SKUPINA GOJU-RYU

7:00 – RANNÍ VÝBĚH, STREČINK, ROZCVIČKA

8:00 - SNÍDANĚ

09:00 – 10:00 – ZÁKLADNÍ TECHNIKA + **KATA SANCHIN**

10:00 – 11:00 – **KATA SAIFA** – DOJO 3

11:00 – 12:00 – ZÁKLADNÍ TECHNIKA KOBUDO

12:00 - OBĚD

12:30 - 14:00 – POLEDNÍ KLID

14:00 – 16:00 – TÁBOROVÁ HRA

16:00 – 17:00 – OPAKOVÁNÍ ZÁKLADNÍ TECHNIKY – DOJO 1 A DOJO 2

- **KATA SAIFA** DO 7 KYU – DOJO 1

- **KATA SUPARINPEI** OD 5 KYU – DOJO 2

17:00 – 18:00 – ZÁKLADNÍ TECHNIKA KOBUDO

19:00 – 20:00 – KUMITE SPARING

SOBOTA 25. 8. 2018 - SKUPINA Shotokan

7:00 – RANNÍ VÝBĚH, STREČINK, ROZCVIČKA

8:00 - SNÍDANĚ

09:00 – 10:00 – ZÁKLADNÍ TECHNIKA SHOTOKAN (FARA,NOSÁL,VOTRUBEC)

10:00 – 11:00 – **KATA NA SKUPINY** (FARA,NOSÁL,VOTRUBEC)

11:00 – 12:00 – KUMITE PRO SHOTOKAN+GOJU RYU

12:00 - OBĚD

12:30 - 14:00 – POLEDNÍ KLID

14:00 – 16:00 – TÁBOROVÁ HRA

16:00 – 17:00 – ATLETICKÁ PŘÍPRAVA

17:00 – 18:00 – KUMITE MLADŠÍ NÁCVIK (BOGUSKÝ,JÍLEK,SCHMID)

18:00 – 19:00 – KUMITE REPREZENTANTI (BOGUSKÝ,PEKUNIAK)

19:00 – 20:00 – KUMITE SPARING

NEDĚLE 26. 8. 2018 – VŠECHNY SKUPINY

7:00 – RANNÍ VÝBĚH, STREČINK, ROZCVIČKA

8:00 - SNÍDANĚ

09:00 – 10:00 – ZÁKLADNÍ TECHNIKA GOJU-RYU

09:00 – 10:00 – ZÁKLADNÍ TECHNIKA SHOTOKAN (FARA,NOSÁL,VOTRUBEC)

10:00 – ZKOUŠKY NA VYŠŠÍ STV ZKOUŠENÍ

OSTATNÍ -ÚČAST JAKO DIVÁCI PŘI ZKOUŠKÁCH NA STV KYU A DAN SHOTOKAN.

11:30 – ZAKONČENÍ TRÉNINKOVÉHO PROGRAMU

12:00 – OBĚD

13:00 – ODJEZD ÚČASTNÍKŮ