



Pozvánka: Seminář kata – Tomáš Dvořák – 21. 6. 2014

Přijďte si zacvičit kata na seminář s jedním z nejlepších trenérů kata v ČR.

Datum:

sobota **21. 6. 2014**

Místo:

Tělocvična TJ Pardubičky (velký sál nahoře), Bokova 364, Pardubice

Pořadatel:

Karate Lions Pardubice o.s.

Instruktor:

Tomáš Dvořák (jeden z nejlepších trenérů kata v ČR)

Časový plán, zaměření:

9:00 – 12:00 – Vybrané sekvence z kata: **Empi, Bassai dai**

12:00 – 13:30 – Pauza na **oběd**

(V hale bude možné zakoupit občerstvení)

13:30 – 16:30 – **Gojushiho-dai, Bassai sho (učení)**

(Smyslem akce je důkladné **procvičení a pochopení** vybraných kata. □)

Občerstvení:

V hale bude možné během akce **zakoupit občerstvení**.

Cena:

500 Kč – celý den, **300 Kč** – jeden trénink

400 Kč – celý den, 250 Kč – jeden trénink

(pro členy Karate Lions Pardubice o.s.)



Pozvánka: Seminář kata – Tomáš Dvořák – 21. 6. 2014

Přihlášky:

Přihlášky posílejte **nejpozději do 19. 6. 2014** na info@karate-lions.cz.

(limit max. 40 účastníků -> **rezervujte si svá místa včas**)

Kontakt:

Mob.: +420 775 570 820

Email: info@karate-lions.cz