

ZGRUPOWANIE SZKOLENIOWE KARATE TRADYCYJNEGO – KLUCZBORK 2018

Prowadzący: Zbigniew Sitarz 5 Dan ITKF

Termin: 26 – 28 stycznia 2018 r.

Miejsce: Internat WODiDZ, 46-200 Kluczbork ul. M. Konopnickiej 11

Koszt: 280 zł - całość (zniżka dla rodzeństwa)

W cenę wliczone jest pełne wyżywienie, zakwaterowanie, opłata za treningi, wyjście na basen.

Treningi odbywają się w sali gimnastycznej w szkole obok internatu (ul. Sienkiewicza).

Możliwość udziału w samych treningach. Koszt udziału w samych treningach:

140 zł – całość (od 3 kyu do Dan), 120 zł (od 6 kyu do 4 kyu), 100 zł (do 7 kyu)

60 zł – jeden dzień treningowy (sobota lub niedziela)

50 zł – dzień treningowy (piątek)

30 zł – jednostka treningowa

Istnieje możliwość skorzystania z wyżywienia. Informacja u organizatora, tel.: 511 991 541

Należy zabrać: kimono, dres sportowy, obuwie sportowe, strój kąpielowy, czepek, ubezpieczenie NNW, osoby niepełnoletnie – zgoda rodziców lub opiekunów prawnych na udział w zgrupowaniu szkoleniowym w dniach 26 – 28 stycznia 2018 r. w Kluczborku.

Uwaga!

Przedpłata do 10 stycznia 2018 r. – kwota 150 zł (gotówką u instruktora lub przelewem na: Akademia Zdrowego Ruchu ul. Kochanowskiego 17/9, 46 – 203 Kluczbork; z dopiskiem „szkolenie”. Nr konta: **04 1050 1171 1000 0092 1746 1749**.

Dojazd i ubezpieczenie NNW we własnym zakresie.

Program:

26 stycznia (piątek):

15:00 – 16:00 trening dla początkujących do 7 kyu

16:00 – 17:00 trening dla wszystkich

17:00 – 18:00 trening 6 kyu – Dan

18:00 – trening brązowe i czarne pasy

27 stycznia (sobota)

09:00 – 10:00 trening dla początkujących do 7 kyu

10:00 – 11:00 trening dla wszystkich

11:00 – 12:00 trening 6 kyu – Dan

12:00 - trening brązowe i czarne pasy

15:00 – 16:00 trening dla początkujących do 7 kyu

16:00 – 17:00 trening 6 kyu – Dan

17:00 - trening brązowe i czarne pasy

BASEN I SAUNA

28 stycznia (niedziela)

09:00 – 10:00 trening dla początkujących do 7 kyu

10:00 – 11:00 trening dla wszystkich

11:00 – 12:00 trening 6 kyu – Dan

12:00 - trening brązowe i czarne pasy

15:00 – 16:00 trening podsumowujący dla wszystkich

16:15 egzaminy na stopnie kyu (nie wliczone w cenę zgrupowania!)

Przyjazd i rejestracja w piątek, 26 stycznia 2018 r. w godzinach 13:30 – 14:30. Internat WODiDZ 46-200 Kluczbork ul. M. Konopnickiej 11.