

Harmonogram treningów:

30.07.2010 - Piątek

Trening kyu-Dan z podziałem tematycznym **Karate Szkoła, Sport do "Projekt postępu techniczno-dydaktycznego"** kultura klasyk do klub i narodowy:

17.30 – 18.30 Wszystkie grupy, **praktyka kata "Projekt postępu techniczno-dydaktycznego"**, kyu – Dan, Wojtkowiak - Beghetto .

18.30 – 19.00 Nauka nowego kata(na **żądanie** możliwość Shito-goju-wado, shotokan), kyu-Dan, Wojtkowiak - Beghetto

19.00 – 20.00 Beghetto Zajęcia teore, zmiany w programach egzaminacyjnych na kyu/ Dan "Projekt postępu techniczno-dydaktycznego"

31.07.2010 - Sobota

10.00 - 11.00 Grupa 12–15 lat Zb. Wojtkowiak 6°Dan (Beghetto) program dla dzieci na rozkaz: **Szkoła**, exami i zawody, tor przeszkód – piłka, fantom -kata "Projekt postępu Sport techniczno-dydaktycznego"

11.00 – 12.00 **Kurs sędziowski WKF**, zakres sędziego technicznego i klubowego "Projekt postępu Sport techniczno-dydaktycznego"

12.00 - 13.30 Beghetto, Wojtkowiak – kata w porozumieniu z ćwiczącymi i nowy system treningowy kata pod zawody "Projekt postępu Sport techniczno-dydaktycznego"

13.30 - 14.00 Zajęcia teoretyczne – metodyka nauki Kata, Różnice w poziomie szkolenia "Projekt postępu Sport techniczno-dydaktycznego"

Przerwa obiadowa

16.00 - 17.00 **Kurs sędziowski WKF**, zakres sędziego technicznego i klubowego "Projekt postępu Sport techniczno-dydaktycznego"

17.00 - 17.45 12 -15 lat Beghetto, Wojtkowiak, Pr. dla dzieci: **kumite** i kata(exami i zawody) "Projekt postępu Sport techniczno-dydaktycznego"

17.45 - 19.00 Zrozumienie i praktyka bunkai - Beghetto, Wojtkowiak 6°Dan "Projekt postępu techniczno-dydaktycznego"

19.00 - 20.00 Przygotowanie **KUMITE** do exami i zawody kyu i Dan "Projekt postępu Sport techniczno-dydaktycznego"

20.00 - 21.00 Egzaminacje PZK i PZK+ Shihana

01.08.2010 - Niedziela

09.00 –11.00 **Tylko Egzaminacje Dan Shihana i kyu.** Komisja Egzaminacyjna - posiadacze najwyższych Dan.

11.00 - 12.00 G. Beghetto w Wojtkowiak, wspólny trening, **Nauka nowego kata**(na **żądanie** możliwość Shito-goju-wado, shotokan)

12.00 - 16.00 **TURNIEJ KARATE DLA DZIECI**

Konkurencje dla dzieci – system włoski Karate Szkoła-Sport-Federacja - Nagrody dla wszystkich startujących.

1. **Kombinat (tor przeszkód, kata oraz techniki na fantomie-ręczne i nożne)** Lat 5-7 Maluchy, 8-9 Młodziki mł., 10-11 Młodziki.

2. **Tylko kumite o kata lat 12-13(Regulamin esordienti „A”), lat 14-15(Regulamin esordienti „B”)**

TURNIEJ DLA MŁODZIEŻY - Kata i Kumite wg przepisów WKF

1. **Miejsce:** Hala sportowa Zespołu Szkół Integracyjnych w Legnicy ul. Wierzyńskiego 1

2. **Koszty zgrupowania: 80 zł**

3. **Koszty egzaminów i wymagane dokumenty:**

DAN w PZK **300 zł + 1 zdjęcie + zgoda z Klubu + ksero ostatniego dyplomu ;**

DAN u Shihana **250 zł + kserokopii ostatniego dyplomu.**

DAN w PZK + Shihana **500 zł**

500 zł nie egzamin(dla Dan)uznanie przez PZKposiadanych stopni (za kazdy dan)

300 zł(dla Dan)robic egzamin uznanie przez PZKposiadanych stopni (za kazdy dan)

4. **Noclegi i wyżywienie we własnym zakresie**

- QUBUS Hotel ul. Skarbowa

tel. + 48 76 866 - 21 - 00

- NAROL Hotel ul. Gliwicka 1

tel + 48 76 866 - 95 - 78

- VILLA Hotel ul. Br. Gładysza 12

tel. + 48 76 850 - 22 - 23

- Schronisko Młodzieżowe ul. Jordana

tel. + 48 76 862 - 54 - 12

- MIEDZIANKA Hotel ul. Zółkiewskiego.

tel. + 48 76 723 - 80 - 41

- KAMIENICZKA Hotel ul. Młynarska 15

tel. + 48 76 723 - 73 - 92

- BEL-POL Hotel ul. Gliwicka 6

tel. + 48 76 862 - 47 - 29

5. **Osoby zdające egzamin zobowiązane są do posiadania:**

- na stopnie kyu - ostatniego dyplomu lub wpis do BUDO - PASS z potwierdzeniem

6. **Organizator Stażu:** Klub Karate Shotokan "TORA", 59-220 Legnica ul. Mickiewicza 21,

tel. 076 722 13 57, kom.509 719 466

e-mail: toralegnica@onet.eu