

# **WORLD OSHUKAI OKINAWA SHORIN-RYU KARATE & KOBUDO FEDERATION**

Czech branch + oddíl KARATE & KOBUDO Lipnice n.S.

pořádá letní kemp (soustředění)



Výuku vede šef-instruktor Okinawa Shorin-ryu Karate pro ČR sensei Jan Kopecký

**Kdy:** od 22.7.2007 - 12h do 28.7.2007 - 9h

**Místo:** kemp Pilák – Žďár n.S. (u restaurace a hotelu Tálský mlýn)

**Cena ubytování (osoba/den):** chatka ..... 150 Kč  
vlastní stan ..... 100 Kč  
v hotelu Tálský mlýn ..... individuálně dle ceníku

**Cena semináře:** pro členy ..... 30 Kč/os./den  
nečleny ..... 50 Kč/os./den

**Stravování:** spec. menu v restauraci Tálský mlýn (Jiří Drápa) s předchozí objednávkou. Cena bude upřesněna po dohodě.

**Program:** program 10.kyu – 1.kyu Okinawa Shorin-ryu Karate, základy Okinawa Kobudo, popř. individuální výuka  
Karate: Hampuku Renshu, Kitae kata, Kihon waza, Kata, Kumiwaza, Bunkai, Bunkai Oyo, Dojo Kumite  
Kobudo: zbraně .... BO, SAI, TONKUWA, NUNCHAKU

**Tréninkový rozvrh:** 7:00 - 8:00h .....rozcvičení  
10:00-12:30h ..... dopolední výuka  
16:00-18:30h ..... odpolední výuka  
20.00-22.00h ..... společenský program (poslední večer – party)

**Informace:** email ..... [k-honza@seznam.cz](mailto:k-honza@seznam.cz)  
telefon: ..... 608/764 647