



ČESKÝ SVAZ TAEKWON-DO ITF

Zátopkova 100/2 P.S. 40, Praha 6, 160 17, Česká republika

tel.: +420 604 258 109, +420 603 302 739

website : www.taekwondo.cz, e-mail: itf@taekwondo.cz

Celorepublikový technický seminář TAEKWON-DO ITF

Datum konání: **sobota 7. prosince 2013**
Místo konání: **sportovní hala Kampus, Kamenice 5, Brno**
Pořadatel: **Český svaz Taekwon-Do ITF (technické oddělení)**

ČASOVÝ PLÁN SEMINÁŘE

10:00 hod. Nástup a slavnostní zahájení semináře
10:00 – 12:00 hod. **Tělocvična s parketami – sasong Hwang a sabom Kaňka – výuka pro 2. kup – I. dan**
program – základní techniky a tul, pro 2. a 1. kup později problémové techniky a tukki
Tělocvična s tatami – sabom Zámečník – výuka pro II. – V. dan
program – technika pádů a přehozů, základy boje na zemi
12:00 – 14:00 hod. Přestávka na oběd
14:00 – 16:00 hod. **Učitelé zůstanou ve stejných tělocvičnách a skupiny se mezi sebou vymění**
16:05 – 17:00 hod. **Tělocvična s parketami – sasong Hwang – výuka pro V. a VI. dan**
program – tul (Sosan – Tong-il)
Tělocvična s tatami – sabom Svitek – výuka pro 2. kup – IV. dan
program – techniky uvolnění po tréninku
17:00 – 18:00 hod. Psaní testů a složení praktické zkoušky
19:00 Banket pro vedoucí škol a členy reprezentace

INFORMACE K SEMINÁŘI

- **vedoucím semináře bude velmistr Hwang Ho-jong, IX. dan**
- seminář je určen všem řádným členům Českého svazu Taekwon-Do ITF, držitelům 2. kupu a výše
- celý seminář je pro všechny řádné členy Českého svazu Taekwon-Do ITF **bez poplatku**
- na seminář samotný se není třeba dopředu přihlašovat
- osvědčení o Vaší účasti provedete podpisem do svazové seminární knihy (viz regionální semináře)
- s sebou si vezměte lapu, popřípadě cvičný nůž
- zájemci o psaní testů a složení praktické zkoušky necht' se nahlásí e-mailem na technicke@taekwondo.cz do pondělí 2. 12. 2013, 12:00 hod.
- na Hotelu Brno si můžete do 28. 11. 2013 pod heslem „taekwondo“ zajistit ubytování za zvýhodněné ceny (350 Kč/osoba bez snídaně) ze soboty na neděli na tel. č.: 543 555 100. Snídani je možno přikoupit za 120 Kč ve formě bufetu, více viz www.hotelbrno.cz
- na večerní banket jsou zváni všichni vedoucí škol s doprovodem (1 osoba) a členové reprezentace
- Vaši účast na banketu i v jakém počtu je nutno potvrdit do 29. 11. 2013 na technicke@taekwondo.cz
- banket proběhne v restauraci Campea, Netroufalky 797/7, Brno, více viz www.campea.cz