

1st IKO POLISH PROFESSIONAL SEMINAR

Ostróda 23 – 24 października 2020

Informacja organizacyjna

Miejsce treningów: Ostródzkie Centrum Sportu i Rekreacji ul. Kościuszki 22a

Termin: 23 – 24.10.2020

Organizator: Ostródzki Klub Karate Kyokushin
Sensei Artur Małż tel. 509 196 715

Prowadzący: Shihan Jacek Czerniec 6 dan
Sensei Michał Krzak 3 dan
Sensei Patryk Sypień 2 dan

Rejestracja do udziału będzie się odbywać w hali OCSiR 23.10 (piątek) w godz. 16:00 – 16:45 treningi w piątek odbędą się w godz. 17:00 – 20:00 (dorośli) i 17:00 – 18:30 (dzieci) w sobotę pierwszy trening rozpocznie się o 10:00, a ostatni zakończy się o 19:00 (dorośli), 17:30 (dzieci). Szczegółowy plan uczestnicy otrzymają n miejscu.

Program IKO Summer Camp:

Program szkolenia będzie ukierunkowany na Karate Kyokushin jako sztukę walki – Budo. Podczas treningów zostaną przedstawione nowe standardy kata, bo-kata, bunkai, kihon i ido geiko. Oczywiście nie zabraknie treningów doskonalących kumite, a także specjalnych treningów przeznaczonych dla najmłodszych.

- program szkolenia będzie ukierunkowany na Karate Kyokushin jako sztukę walki – Budo. Podczas treningów zostaną przedstawione nowe standardy kata, bo-kata, bunkai, kihon i ido geiko,
- treningi kumite, technika i taktyka walki sportowej IKO,
- specjalistyczne treningi dla dzieci

Rezerwacja miejsc:

Rezerwacji miejsc można już dokonać poprzez rejestrację na stronie www.mykyokushin.pl

Koszt (udział w treningach, obiad w sobotę i pakiet upominkowy) – 50 zł

#WIDZIMYSIEWOSTRODZIE OSU !